



Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

21.08.2024 ŚRODA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) pasta z ciecierzycy 50g Połdewica 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) Połdewica 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 Połdewica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połdewica 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) Połdewica 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) Połdewica 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) Pieczywo pszenne 100g (GLU) 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) jabłko 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 porcja kurczaka gotowana 100g sałata z olejem 50g 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 Fruktaza (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) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) papryka +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g 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 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 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 POSIŁEK	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:2241 kcal Tłuszcz:49.16 g Białko ogółem:94.15 g Węglowodany ogółem:371.66 g Glukoza:12.82 g Sacharoza:32.45 g Błonnik pokarmowy:35.13 g Sód:2429.14 mg Fruktaza:24.47 g Laktoza:36.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone	Wartość energetyczna:2036 kcal Białko ogółem:79.63 g Tłuszcz:47.8 g Węglowodany ogółem:336.77 g Glukoza:12.08 g Sacharoza:32.08 g Błonnik pokarmowy:30.44 g Sód:2027.44 mg Fruktaza:23.4 g Laktoza:18.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.58 g	Wartość energetyczna:2487 kcal Białko ogółem:118.45 g Tłuszcz:68.69 g Węglowodany ogółem:369.24 g Glukoza:7.44 g Sacharoza:16.54 g Błonnik pokarmowy:43.41 g Sód:3749.1 mg Fruktaza:9.49 g Laktoza:38.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:28.46 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 Sacharoza 18.82 g Laktoza	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 Sacharoza 18.64 g Laktoza	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 5.21 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.54 g Glukoza 6.43 g Fruktaza 12.49 g Sacharoza 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 21.79 g Sacharoza 15.99 g Laktoza 0.74 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

w MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4

N. Raj 00000002958

tel. 83 71 83 55 fax 83 71 83 55

Regon 000584484 NIP 538-15-94-357

Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ- fasola MLE-mleko i produkty mleczne  
ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki

\*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 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

	ogółem:18.83 g		19.27 g	19.11 g		
--	----------------	--	---------	---------	--	--

22.08.2024 CZWARTEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Ser żółty 30g (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g papryka+salata 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 +salata 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+salata 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 +salata 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 +salata 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 +salata 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	Zupa pomidorowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kiwi 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy b/cukru 250ml	Zupa koperkowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z natką pietruszki z makaronem bezglutenowym 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) 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 Sacharoza (g) 0 g Laktoza (g) 8.2 g						
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 +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE), pasta mięsna 50g, szynka wieprzowa 30g (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 sałatą(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 +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 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 +salata 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

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 000504484 NIP 538-15-94-357

lic. Daniel Kowalik

DIETETYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatoła

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

NIP:7171840940 Regon:525613130

Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne

ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki

\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

	Wartość energetyczna:1981 kcal Białko ogółem:91.09 g Tłuszcz:57.04 g Węglowodany ogółem:290.66 g Glukoza:9.16 g Sacharoza:35.26 g Błonnik pokarmowy:28.43 g Sód:2368.94 mg Fruktoza:16.21 g Laktoza:14.17 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.9 g	Wartość energetyczna:1886 kcal Białko ogółem:86.75 g Tłuszcz:48.78 g Węglowodany ogółem:289.4 g Glukoza:8.71 g Sacharoza:35.28 g Błonnik pokarmowy:28.03 g Sód:2318.34 mg Fruktoza:15.76 g Laktoza:14.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:11.95 g	Wartość energetyczna:2412 kcal Białko ogółem:113.08 g Tłuszcz:83.7 g Węglowodany ogółem:324.54 g Glukoza:11.36 g Sacharoza:14.9 g Błonnik pokarmowy:43.75 g Sód:3440.35 mg Fruktoza:19.01 g Laktoza:19.92 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:22.91 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 Fruktoza 24.42 g Sacharoza 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 Fruktoza 24.42 g Sacharoza 22.54 g Laktoza 14.14 g	Wartość energetyczna 2194 kcal Białko ogółem 92.99 g Tłuszcz 65.86 g Węglowodany ogółem 330.82 g Błonnik pokarmowy 25.29 g Sód 2394.32 mg Sól 6.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.29 g Glukoza 11.93 g Fruktoza 24.92 g Sacharoza 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 Fruktoza 34.8 g Sacharoza 21.39 g Laktoza 0.10 g
23.08.2024 PIĄTEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIĄLKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA 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) herbata 250ml banan 1/2szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka wieprzowa 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 kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, 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 kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, 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 kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym 300ml (SEL) Ziemniaki z koprem 180g morszczuk parowany 100g ( RYB) bukiet warzyw gotowanych (brokuł, kalafior, marchew) 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 Fruktoza (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 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) 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

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wárszawska 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-gorzeczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

l.c. Daniel Kowalik  
DIETETYK

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

24.08.2024 SOBOTA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250 ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) kielbasa szynkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250 ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (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) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) pasta mięsna 80g 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 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) 2.2 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) parówka wieprzowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g ketchup 10g (SEL) pomidor +sałata 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 +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 50g (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 sałata (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 +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g pomidor +sałata 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 +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:2548 kcal Białko ogółem:75.29 g Tłuszcz:82.5 g Węglowodany ogółem:395.96 g Glukoza:13.39 g Sacharoza:41.68 g Błonnik pokarmowy:35.29 g Sód:2574.56 mg Fruktioza:31.33 g Laktoza:29.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:35.08 g	Wartość energetyczna:2409 kcal Białko ogółem:74.91 g Tłuszcz:74.99 g Węglowodany ogółem:377.14 g Glukoza:10.39 g Sacharoza:38.28 g Błonnik pokarmowy:32.29 g Sód:2400.31 mg Fruktioza:23.23 g Laktoza:28.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:30.86 g	Wartość energetyczna:2512 kcal Białko ogółem:102.09 g Tłuszcz:86.11 g Węglowodany ogółem:355.95 g Glukoza:11.71 g Sacharoza:16.87 g Błonnik pokarmowy:48.05 g Sód:3164.27 mg Fruktioza:19.88 g Laktoza:21.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:30.01 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 Fruktioza 22.73 g Sacharoza 44.55 g Laktoza 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 Fruktioza 23.05 g Sacharoza 45.32 g Laktoza 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 Fruktioza 15.36 g Sacharoza 24.97 g Laktoza 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 Fruktioza 27.44 g Sacharoza 25.03 g Laktoza 3.95 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
Nc. Rej. 000000002958  
REGON 000584484 NIP 538-15-94-357

Ilc. 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

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

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

25.08.2024 NIEDZIELA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
NIADANIĘ	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) 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	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
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)			
BIAD	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) 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 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
ODWIECZOREK COK, CUKRZYCA, EHABILITACJA)	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 Fruktioza (g) 0 g Sacharoza (g) 0 g Laktoza (g) 9.4 g						
OLACJA	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 (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250 ml
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:2462 kcal Białko ogółem:97.22 g Tłuszcz:67.28 g Węglowodany ogółem:383.8 g Glukoza:11.88 g Sacharoza:52.31 g Błonnik pokarmowy:33.82 g Sód:2301.31 mg Fruktioza:29.34 g Laktoza:14.78 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.33 g	Wartość energetyczna:2259 kcal Białko ogółem:97.12 g Tłuszcz:66.51 g Węglowodany ogółem:333.4 g Glukoza:8.33 g Sacharoza:45.61 g Błonnik pokarmowy:30.37 g Sód:2621.81 mg Fruktioza:16.34 g Laktoza:14.78 g Kwasy	Wartość energetyczna:2410 kcal Białko ogółem:117.33 g Tłuszcz:75.7 g Węglowodany ogółem:336.26 g Glukoza:7.48 g Sacharoza:12.73 g Błonnik pokarmowy:40.35 g Sód:3218.57 mg Fruktioza:14.32 g Laktoza:25.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone	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 Fruktioza 14.15 g Sacharoza 29.90 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 Fruktioza 14.15 g Sacharoza 29.78 g	Wartość energetyczna 1957 kcal Białko ogółem 81.12 g Tłuszcz 61.65 g Węglowodany ogółem 281.01 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 Fruktioza 14.65 g Sacharoza 40.34 g Laktoza	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 17.37 g Glukoza 15.23 g Fruktioza 24.69 g Sacharoza 30.17 g Laktoza 0.74 g

GOMI Żywność Sp. z o.o.  
ul. Modrzewowa 23-320  
tel./fax (81) 820-45-38  
NIP: 717184094  
ul. Modrzewowa 23-320  
tel./fax (81) 820-45-38  
NIP: 717184094

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-szszam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Ilc. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
W MIĘDZYRZECZU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000004104 NIP 538-15-94-957

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

		tluszczowe nasycone ogółem:17.32 g	ogółem:19.44 g	Laktoza 15.72 g	Laktoza 14.78 g	0.74 g		
26.08.2024 PONIEDZIAŁEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA	
ŚNIADANIE	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) Połędwica 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) Połędwica 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) Połędwica 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) Połędwica 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) Połędwica 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) Połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) Dzem 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 (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Sok pomidorowy 100% 150ml 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 Fruktaza (g) 2.8 g Sacharaza (g) 0.2 g Laktoza (g) 0 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 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) 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 POSILEK	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:2599 kcal Białko ogółem:74.71 g Tłuszcz:85.14 g Węglowodany ogółem:405.48 g Glukoza:13.77 g Sacharaza:31.25 g Błonnik pokarmowy:36.91 g Sód:2824.03 mg Fruktaza:26.2 g Laktoza:18.94 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:24.08 g	Wartość energetyczna:2555 kcal Białko ogółem:80.08 g Tłuszcz:73.28 g Węglowodany ogółem:414.67 g Glukoza:10.21 g Sacharaza:29.42 g Błonnik pokarmowy:34.42 g Sód:2520.76 mg Fruktaza:22.12 g Laktoza:18.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:21.24 g	Wartość energetyczna:2466 kcal Białko ogółem:101.04 g Tłuszcz:84.1 g Węglowodany ogółem:349.99 g Glukoza:11.05 g Sacharaza:17.63 g Błonnik pokarmowy:45.91 g Sód:3554.81 mg Fruktaza:13.6 g Laktoza:20.52 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:21.56 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 Fruktaza 13.37 g Sacharaza 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 Fruktaza 13.05 g Sacharaza 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 Fruktaza 14.19 g Sacharaza 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 Fruktaza 19.33 g Sacharaza 17.12 g Laktoza 10.30 g	

PUBLICZNY ZAKŁAD  
MIĘDZYRZECU PODLASKIEGO  
Międzyrzec Podlaski ul. Białostocka 2  
Reg. 000000029  
140 11 fax 83 37  
NIP 558-344-1111

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

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

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

27.08.2024 WTOREK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurcząt 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	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurcząt 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	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) Pieczywo pszenne 100g (GLU) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) Szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) pomidor +sałata 50g masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) mięso gotowane 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko 1szt
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 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 i ziemniakami czysty 300ml ( SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	zupa grochowa z majerankiem 300ml (GLU, SEL) kasza gryczana 180g bitka schabowa 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) surówka z pora, marchwi i jabłka z olejem 150g 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 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 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 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) 2.8 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 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) 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 pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Wafle ryżowe pelnoziarniste 40g	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Wafle ryżowe 40g
	Wartość energetyczna:2316 kcal Białko ogółem:101.16 g Tłuszcz:62.76 g Węglowodany ogółem:351.96 g Glukoza:8.53 g Sacharoza:41.85 g Błonnik pokarmowy:37.41 g Sód:2487.71 mg Fruktoza:19.76 g Laktoza:19.4 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:23.48 g	Wartość energetyczna:2016 kcal Białko ogółem:89.61 g Tłuszcz:40.48 g Węglowodany ogółem:336.11 g Glukoza:5.61 g Sacharoza:41.51 g Błonnik pokarmowy:32.11 g Sód:2315.34 mg Fruktoza:11.76 g Laktoza:29.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:13.2 g	Wartość energetyczna:2593 kcal Białko ogółem:120 g Tłuszcz:80.88 g Węglowodany ogółem:371.12 g Glukoza:10.85 g Sacharoza:15.72 g Błonnik pokarmowy:50.84 g Sód:3680.2 mg Fruktoza:11.8 g Laktoza:14.22 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:23.3 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 23.25 g Sacharoza 16.86 g Laktoza 10.30 g

**GAMODZIELNY 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

**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

**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-szczam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- męczazki  
\*zaznaczone alergen występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 20-29.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

28.08.2024 ŚRODA	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA 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 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 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 70g (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:2404 kcal Białko ogółem:94.47 g Tłuszcz:71.54 g Węglowodany ogółem:366.48 g Glukoza:9.91 g Sacharoza:37.57 g Błonnik pokarmowy:35.96 g Sód:2776.09 mg Fruktaza:21.29 g Laktaza:16.78 g	Wartość energetyczna:2398 kcal Białko ogółem:94.27 g Tłuszcz:71.39 g Węglowodany ogółem:365.23 g Glukoza:9.46 g Sacharoza:37.57 g Błonnik pokarmowy:35.56 g Sód:2778.59 mg Fruktaza:20.84 g Laktaza:16.78 g	Wartość energetyczna:2485 kcal Białko ogółem:123.94 g Tłuszcz:82.64 g Węglowodany ogółem:333.34 g Glukoza:5.67 g Sacharoza:18.11 g Błonnik pokarmowy:42.9 g Sód:3246.1 mg Fruktaza:6.71 g Laktaza:25.93 g Kwasy tłuszczowe nasycone	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	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	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	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

Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupki 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

Ile. Daniel Kowalik  
 DIETETYK

WZRODZENIA PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
 w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
 21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
 Nr. Rej. 000000002958  
 tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
 Regon 000004404 NIP 538-15-94-357