

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

30.08.2024 PIĄTEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jablko 1szt	Platki 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 jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Jaja 2szt (JAJ) pomidor +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 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 miruna pieczona 100g (RYB) surówka z kapusty kiszzonej, jabłka I marchwi z olejem rzepakowym 150g jablko 1szt Kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (RYB) 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 miruna pieczona 100g (RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (RYB) marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL. CUKRZYCA. REHABILITACJA)	Masłanka 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 Fruktოza (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) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser biały 30g(MLE) 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) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 70g(MLE) pomidor +salata 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 +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:2186 kcal Białko ogółem:89,46 g Węglowodany ogółem:328,46 g Tłuszcz:64,53 g Glukoza:9,46 g Sacharoza:43,91 g Błonnik pokarmowy:34,33 g Sód:2270,04 mg Fruktოza:21,52 g Laktoza:18,29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:13,92 g	Wartość energetyczna:2032 kcal Białko ogółem:88,74 g Węglowodany ogółem:314,24 g Tłuszcz:53,85 g Glukoza:7,81 g Sacharoza:42,11 g Błonnik pokarmowy:32,98 g Sód:2104,44 mg Fruktოza:13,87 g Laktoza:18,29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:13,18 g	Wartość energetyczna:2369 kcal Białko ogółem:110,67 g Węglowodany ogółem:330,22 g Tłuszcz:75,66 g Glukoza:6,46 g Sacharoza:27,66 g Błonnik pokarmowy:37,21 g Sód:3112,6 mg Fruktοza:13,42 g Laktoza:28,05 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17,18 g	Wartość energetyczna:2111 kcal Białko ogółem:94,89 g Węglowodany ogółem:338,37 g Tłuszcz:49,62 g Glukoza:7,81 g Sacharoza:49,3 g Błonnik pokarmowy:33,83 g Sód:2224,41 mg Fruktοza:13,87 g Laktoza:19,23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:11,97 g	Wartość energetyczna:2027 kcal Białko ogółem:95,92 g Węglowodany ogółem:312,3 g Tłuszcz:50,93 g Glukoza:7,81 g Sacharoza:42,13 g Błonnik pokarmowy:32,88 g Sód:2101,64 mg Fruktοza:13,87 g Laktoza:18,91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:12,67 g	Wartość energetyczna:1983 kcal Białko ogółem:64,27 g Węglowodany ogółem:325,35 g Tłuszcz:54,02 g Glukoza:7,18 g Sacharoza:34,39 g Błonnik pokarmowy:30,01 g Sód:2185,66 mg Fruktοza:12,87 g Laktoza:0,13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:12,9 g	Wartość energetyczna:2372 kcal Białko ogółem:64,17 g Węglowodany ogółem:344,2 g Tłuszcz:87,99 g Glukoza:15,66 g Sacharoza:33,25 g Błonnik pokarmowy:32,25 g Sód:1962,76 mg Fruktοza:24,49 g Laktoza:0,13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16,86 g

SAMODZIELNY ZWIĄZANIE PRACOWNI

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4

REGON 140000002658

REGON 140000002658

REGON 140000002658

REGON 140000002658

GOMI Żywnie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatowa

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

NIP:7171840940 Regon:525613130

Ilc. Danie Kowalik

DIETETYK

Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne i produkty mleczne

ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki L0B-lubin MOR- moczka  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

REGON 1400584484 NIP 138-15-94-387

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

31.08.2024 SOBOTA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g rzodkiewka +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) kielbasa szynkowa wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250 ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa wieprzowa 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 wieprzowa 50g (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 wieprzowa 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 +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i pastą warzywna 30g	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i pastą warzywna 30g			
<b>OBIAD</b>	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	upa jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 50g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g porcja wieprzowa gotowana 100g marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml
<b>PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)</b>	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 Frukt						
<b>KOLACJA</b>	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (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 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g 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 <b>II kolacja:</b> 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 jaja 2szt (JAJ) pomidor +salata 50g herbata 250ml
<b>DODATKOWY POSILEK</b>	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Pieczywo chrupkie 40g	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml
	Wartość energetyczna: 2379 kcal Białko ogółem: 85.73 g Węglowodany ogółem: 391 g Tłuszcz: 61.14 g Glukoza: 15 g Sacharoza: 41.18 g Błonnik pokarmowy: 38.17 g Sód: 2230.47 mg Fruktoza: 32.99 g Laktoza: 18.26 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.08 g	Wartość energetyczna: 2242 kcal Białko ogółem: 85.22 g Węglowodany ogółem: 372.33 g Tłuszcz: 53.63 g Glukoza: 12.19 g Sacharoza: 37.78 g Błonnik pokarmowy: 34.74 g Sód: 2056.12 mg Fruktoza: 25.36 g Laktoza: 18.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.85 g	Wartość energetyczna: 2515 kcal Białko ogółem: 101.6 g Węglowodany ogółem: 380.52 g Tłuszcz: 74.76 g Glukoza: 10.4 g Sacharoza: 13.71 g Błonnik pokarmowy: 45.9 g Sód: 127.26 mg Fruktoza: 17.49 g Laktoza: 18.28 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.51 g	Wartość energetyczna: 2496 kcal Białko ogółem: 96.76 g Węglowodany ogółem: 401.21 g Tłuszcz: 65.37 g Glukoza: 13.2 g Sacharoza: 40.48 g Błonnik pokarmowy: 40.47 g Sód: 2318.82 mg Fruktoza: 25.53 g Laktoza: 18.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.26 g	Wartość energetyczna: 2350 kcal Białko ogółem: 99.56 g Węglowodany ogółem: 379.9 g Tłuszcz: 56.66 g Glukoza: 13.2 g Sacharoza: 40.35 g Błonnik pokarmowy: 37.99 g Sód: 2374.22 mg Fruktoza: 25.53 g Laktoza: 18.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.13 g	Wartość energetyczna: 2212 kcal Białko ogółem: 81.27 g Węglowodany ogółem: 351.54 g Tłuszcz: 61.14 g Glukoza: 12.57 g Sacharoza: 40.11 g Błonnik pokarmowy: 33.4 g Sód: 2380.42 mg Fruktoza: 24.53 g Laktoza: 0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.85 g	Wartość energetyczna: 2295 kcal Białko ogółem: 98.07 g Węglowodany ogółem: 307.79 g Tłuszcz: 80.56 g Glukoza: 20.81 g Sacharoza: 38.46 g Błonnik pokarmowy: 33.49 g Sód: 2499.56 mg Fruktoza: 35.98 g Laktoza: 0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.87 g

**WZMÓDZIELNY 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 80 55  
Regon 140058448 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-oryz SOJ-oryz  
ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lub  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

1.09.2024 NIEDZIELA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana z na mleku 300ml (MLE) ser żółty 30g(MLE) Polędwica sopočka 30g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Rzodkiewka +salata 50g nektarynka 1szt chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml	Kasza kukurydziana z na mleku 300ml (MLE) Polędwica sopočka 50g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g dżem owocowy wiśniowy 25g nektarynka 1szt Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml	Kasza kukurydziana z na mleku 300ml (MLE) ser żółty 30g(MLE) Polędwica sopočka 30g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) nektarynka 1szt Rzodkiewka +salata 50g dżem owocowy 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml	Kasza kukurydziana z na mleku 300ml (MLE) Polędwica sopočka 50g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g nektarynka 1szt Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml	Kasza kukurydziana z na mleku 300ml (MLE) Polędwica sopočka 70g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g nektarynka 1szt Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Polędwica sopočka 50g GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dżem owocowy wiśniowy 25g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) mięso gotowane 50g dżem owocowy wiśniowy 25g pomidor +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml
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 makaronem i z natką pietruszki 300ml (GLU,MLE, SEL) kasza gryczana 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) mizeria z kefirem 150g(MLE) jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i z natką pietruszki 300ml (GLU,MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i z natką pietruszki 300ml (GLU,MLE, SEL) kasza gryczana 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) mizeria z kefirem 150g(MLE) Kompot owocowy b/cukru 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g schab pieczony 90g w sosie własnym 50g (GLU, SOJ) buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym 300ml (SEL) Ziemniaki z koprem 180g Schab pieczony 90g w sosie własnym 50g buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Ke fir 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 Fruktioza (g) 0 g Sacharozę (g) 0 g Laktozę (g) 8.2 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g 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) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsno-warzywna 50g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 80g pomidor +salata 50g herbata 250 ml
DODATKOWY POSILEK	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:2187 kcal Białko ogółem:98.49 g Węglowodany ogółem:325.1 g Tłuszcz:62.01 g Glukoza:10.21 g Sacharozę:41.88 g Błonnik pokarmowy:32 g Sód:2486.8 mg Fruktioza:21.69 g Laktozę:22.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.38 g	Wartość energetyczna:2083 kcal Białko ogółem:88.27 g Węglowodany ogółem:314.24 g Tłuszcz:59.57 g Glukoza:7.03 g Sacharozę:48.15 g Błonnik pokarmowy:30.48 g Sód:2374.27 mg Fruktioza:13.65 g Laktozę:18.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.54 g	Wartość energetyczna:2376 kcal Białko ogółem:118.92 g Węglowodany ogółem:335.4 g Tłuszcz:69.48 g Glukoza:7.21 g Sacharozę:13.27 g Błonnik pokarmowy:37.05 g Sód:3076.86 mg Fruktioza:13.59 g Laktozę:27.89 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:22.4 g	Wartość energetyczna:2184 kcal Białko ogółem:94.28 g Węglowodany ogółem:331.33 g Tłuszcz:60.82 g Glukoza:5.89 g Sacharozę:48.18 g Błonnik pokarmowy:31.01 g Sód:2510.48 mg Fruktioza:12.23 g Laktozę:15.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.02 g	Wartość energetyczna:2123 kcal Białko ogółem:94.77 g Węglowodany ogółem:315.42 g Tłuszcz:60.54 g Glukoza:5.89 g Sacharozę:48.02 g Błonnik pokarmowy:30.06 g Sód:2672.68 mg Fruktioza:12.23 g Laktozę:18.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.95g	Wartość energetyczna:2022 kcal Białko ogółem:85.71 g Węglowodany ogółem:308.35 g Tłuszcz:55.08 g Glukoza:2.44 g Sacharozę:44.91 g Błonnik pokarmowy:22.69 g Sód:2547.98 mg Fruktioza:3.29 g Laktozę:0.5 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.04 g	Wartość energetyczna:2094 kcal Białko ogółem:77.4 g Węglowodany ogółem:311.52 g Tłuszcz:64.1 g Glukoza:10.74 g Sacharozę:39.51 g Błonnik pokarmowy:23.94 g Sód:1957.5 mg Fruktioza:14.75 g Laktozę:0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.04 g

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584404 NIP 538-16-94-357

**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 przetwory mleczne  
ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- męczynki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

2.09.2024 PONIEDZIAŁEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIĄKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Makaron pszenny na mleku 300ml (GLU, MLE) Poledwica drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Makaron pszenny na mleku 300ml (GLU, MLE) Poledwica drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Makaron pszenny na mleku 300ml (GLU, MLE) Poledwica drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml brzoskwinie 1szt	Makaron pszenny na mleku 300ml (GLU, MLE) Poledwica drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Makaron pszenny na mleku 300ml (GLU, MLE) Poledwica drobiowa 70g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Poledwica 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) Dżem owocowy wiśniowy 25g mięso gotowane 50g pomidor +salata 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 kalafiorowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa kalafiorowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy b/cukru 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (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)	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)						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) ogórek św +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) ogórek św +salata 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 53g (MLE) pasta mięsna 50g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) jaja 1szt (JAJ) pomidor +salata 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 +salata 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: 2107 kcal Białko ogółem: 85.12 g Węglowodany ogółem: 347.18 g Tłuszcz: 49.52 g Glukoza: 12.41 g Sacharoza: 41.09 g Błonnik pokarmowy: 34.28 g Sód: 2056.23 mg Fruktoza: 23.5 g Laktoza: 21.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.98 g	Wartość energetyczna: 2093 kcal Białko ogółem: 90.63 g Węglowodany ogółem: 343.49 g Tłuszcz: 46.68 g Glukoza: 9.11 g Sacharoza: 37.68 g Błonnik pokarmowy: 31.22 g Sód: 2133.18 mg Fruktoza: 15.3 g Laktoza: 31.03 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.57 g	Wartość energetyczna: 2242 kcal Białko ogółem: 102.48 g Węglowodany ogółem: 342.39 g Tłuszcz: 60.18 g Glukoza: 8.63 g Sacharoza: 14.76 g Błonnik pokarmowy: 39.26 g Sód: 3112.82 mg Fruktoza: 15.32 g Laktoza: 21.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.72 g	Wartość energetyczna: 2304 kcal Białko ogółem: 102.15 g Węglowodany ogółem: 372.58 g Tłuszcz: 52.85 g Glukoza: 9.47 g Sacharoza: 45.77 g Błonnik pokarmowy: 33.57 g Sód: 2363.55 mg Fruktoza: 15.62 g Laktoza: 31.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.22 g	Wartość energetyczna: 2146 kcal Białko ogółem: 101.43 g Węglowodany ogółem: 344.23 g Tłuszcz: 47.42 g Glukoza: 9.11 g Sacharoza: 37.72 g Błonnik pokarmowy: 31.22 g Sód: 2386.18 mg Fruktoza: 15.3 g Laktoza: 31.65 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.83 g	Wartość energetyczna: 2185 kcal Białko ogółem: 70.78 g Węglowodany ogółem: 359.57 g Tłuszcz: 58.8 g Glukoza: 8.25 g Sacharoza: 20.93 g Błonnik pokarmowy: 29.6 g Sód: 2157.3 mg Fruktoza: 13.86 g Laktoza: 0.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.33 g	Wartość energetyczna: 2360 kcal Białko ogółem: 82.21 g Węglowodany ogółem: 339.3 g Tłuszcz: 79.91 g Glukoza: 13.6 g Sacharoza: 28.85 g Błonnik pokarmowy: 26.65 g Sód: 1968.89 mg Fruktoza: 22.75 g Laktoza: 0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.58 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 000504404 NIP 538-15-94-357

**Ilc. Daniel Kowalik  
DIECETYK**

**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-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- męczący  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

3.09.2024 WTOREK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
SNIADANIE	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) rzodkiewka+salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml kiwi 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) kielbasa szynkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml kiwi 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) rzodkiewka+salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml kiwi 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) kielbasa szynkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) kielbasa szynkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) kielbasa szynkowa 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 +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jablko 1szt
II SNIADANIE			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 fasolowa 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	Zupa fasolowa z majerankiem 300ml (GLU, SEL) makaron z mięsem I warzywami 350g (GLU) Kompot owocowy b/cukru 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	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	Barszcz czerwony z natką pietruszki 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 ziemniakami czysty 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g jaja sadzone 2szt(JAJ) marchewka gotowana 150g 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						
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 +salata 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 +salata 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 +salata 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 +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 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 +salata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	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:2323 kcal Białko ogółem:92.05 g Węglowodany ogółem:354.5 g Tłuszcz:67 g Glukoza:8.51 g Sacharoza:39.45 g Błonnik pokarmowy:32.59 g Sód:1967.51 mg Fruktoza:19.76 g Laktoza:19.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:21.6 g	Wartość energetyczna:2069 kcal Białko ogółem:83.98 g Węglowodany ogółem:328.53 g Tłuszcz:52.54 g Glukoza:5.8 g Sacharoza:38.76 g Błonnik pokarmowy:27.12 g Sód:1850.11 mg Fruktoza:12.23 g Laktoza:19.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.02 g	Wartość energetyczna:2520 kcal Białko ogółem:111.67 g Węglowodany ogółem:366.77 g Tłuszcz:74.8 g Glukoza:5.51 g Sacharoza:13.86 g Błonnik pokarmowy:37.64 g Sód:2728.9 mg Fruktoza:11.66 g Laktoza:23.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:23.69 g	Wartość energetyczna:2144 kcal Białko ogółem:92.44 g Węglowodany ogółem:337.46 g Tłuszcz:53.36 g Glukoza:5.51 g Sacharoza:38.93 g Błonnik pokarmowy:27.69 g Sód:2315.61 mg Fruktoza:11.87 g Laktoza:19.39 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.02 g	Wartość energetyczna:2259 kcal Białko ogółem:94.61 g Węglowodany ogółem:338.71 g Tłuszcz:64.44 g Glukoza:6.08 g Sacharoza:38.82 g Błonnik pokarmowy:27.5 g Sód:2027.71 mg Fruktoza:12.58 g Laktoza:19.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:21.08 g	Wartość energetyczna:2024 kcal Białko ogółem:66.94 g Węglowodany ogółem:310.41 g Tłuszcz:63.76 g Glukoza:7.28 g Sacharoza:41.29 g Błonnik pokarmowy:28.85 g Sód:3254.11 mg Fruktoza:12.97 g Laktoza:0.5 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.85 g	Wartość energetyczna:2396 kcal Białko ogółem:68.07 g Węglowodany ogółem:320.89 g Tłuszcz:99.08 g Glukoza:15.94 g Sacharoza:34.92 g Błonnik pokarmowy:31.8 g Sód:1743.99 mg Fruktoza:24.75 g Laktoza:0.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.8 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 000504404 NIP 538-16-04-957

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

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

4.09.2024 ŚRODA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIĄTKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połudwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta z ciecierzycy 50g pomidor +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połudwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połudwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta z ciecierzycy 50g pomidor +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połudwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połudwica drobiowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Połudwica 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) jaja 1szt (JAJ) pasta mięsna 50g pomidor +salata 50g herbata 250ml nektarynka 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i t i pastą warzywną 30g	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i t i pastą warzywną 30g			
OBIAD	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z jogurtem 50g(MLE) jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml ( SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa ogórkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z jogurtem 50g(MLE) kompot owocowy b/cukru 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml ( SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml ( SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml ( SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) salata z olejem 50g kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml ( SEL) ryż biały 180g porcja kurczaka gotowana 100g salata 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) pomidor +salata 50g papryka +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser biały 30g(MLE) szynka konserwowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +salata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> 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) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 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 +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:2360 kcal Białko ogółem:96.9 g Węglowodany ogółem:381.45 g Tłuszcz:56.79 g Glukoza:9.84 g Sacharoza:35.56 g Błonnik pokarmowy:35.03 g Sód:2462.51 mg Fruktaza:21.59 g Laktoza:37.56 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.05 g	Wartość energetyczna:2100 kcal Białko ogółem:82.3 g Węglowodany ogółem:333.91 g Tłuszcz:54.49 g Glukoza:6.1 g Sacharoza:31.94 g Błonnik pokarmowy:27.7 g Sód:2064.01 mg Fruktaza:16.29 g Laktoza:19.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:19.67 g	Wartość energetyczna:2496 kcal Białko ogółem:108.23 g Węglowodany ogółem:375.96 g Tłuszcz:70.87 g Glukoza:9.04 g Sacharoza:12.52 g Błonnik pokarmowy:41.64 g Sód:3531.2 mg Fruktaza:16.29 g Laktoza:36.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:23.13 g	Wartość energetyczna:2278 kcal Białko ogółem:86.4 g Węglowodany ogółem:355.13 g Tłuszcz:63.68 g Glukoza:6.1 g Sacharoza:32.12 g Błonnik pokarmowy:30.18 g Sód:2225.61 mg Fruktaza:12.42 g Laktoza:19.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.93 g	Wartość energetyczna:2116 kcal Białko ogółem:85.72 g Węglowodany ogółem:333.93 g Tłuszcz:54.81 g Glukoza:6.1 g Sacharoza:31.96 g Błonnik pokarmowy:27.7 g Sód:2186.41 mg Fruktaza:12.42 g Laktoza:19.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:19.77 g	Wartość energetyczna:2132 kcal Białko ogółem:65.55 g Węglowodany ogółem:354.19 g Tłuszcz:56.15 g Glukoza:5.47 g Sacharoza:32.44 g Błonnik pokarmowy:25.41 g Sód:2501.01 mg Fruktaza:11.42 g Laktoza:0.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:15.98 g	Wartość energetyczna:2310 kcal Białko ogółem:71.87 g Węglowodany ogółem:345.16 g Tłuszcz:75.95 g Glukoza:13.38 g Sacharoza:30.14 g Błonnik pokarmowy:25.94 g Sód:1491.71 mg Fruktaza:22.54 g Laktoza:0.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.8 g

SPÓŁNOŚĆ 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: 000844044 NIP: 638-15-94-057

GOMI Żywnie Sp. z o.o.

ul. Modrzewiowa 4

23-320 Poniatowa

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

NIP:7171840940 Regon:525613130

Ilc. Danuta Kowalik  
DIETETYK

Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SÓL-sól

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

\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

5.09.2024 CZWARTEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIĄLKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ser topiony 25g (MLE) ogórek świeży+salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ser topiony 25g (MLE) ogórek świeży+salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml banan 1/2szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 70g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) szynka drobiowa 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) szynka gotowana 50g pomidor +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt
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 pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) surówka z buraczka I jabłka z olejem 150g jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) surówka z buraczka I jabłka z olejem 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) surówka z buraczka I jabłka z olejem 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g w sosie własnym 50g (GLU) buraczki gotowane 150g Kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g bitka wieprzowa 100g buraczki gotowane 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) 0 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) połędwica sopocka wieprzowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +salata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> 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) połędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 80g pomidor +salata 50g herbata 250 ml
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: 2079 kcal Białko ogółem: 95.47 g Węglowodany ogółem: 314.73 g Tłuszcz: 54.79 g Glukoza: 7.5 g Sacharaza: 39.59 g Błonnik pokarmowy: 27.44 g Sód: 2659.59 mg Fruktaza: 15.69 g Laktoza: 38.42 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.55 g	Wartość energetyczna: 2023 kcal Białko ogółem: 95.61 g Węglowodany ogółem: 315.05 g Tłuszcz: 48.41 g Glukoza: 7.75 g Sacharaza: 39.61 g Błonnik pokarmowy: 27.79 g Sód: 2570.24 mg Fruktaza: 16.09 g Laktoza: 38.17 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.63 g	Wartość energetyczna: 2235 kcal Białko ogółem: 109.51 g Węglowodany ogółem: 319.3 g Tłuszcz: 65.18 g Glukoza: 6.67 g Sacharaza: 16.52 g Błonnik pokarmowy: 32.52 g Sód: 3594.28 mg Fruktaza: 10.39 g Laktoza: 38.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.2 g	Wartość energetyczna: 2108 kcal Białko ogółem: 90.43 g Węglowodany ogółem: 335.89 g Tłuszcz: 51.46 g Glukoza: 6.61 g Sacharaza: 40.06 g Błonnik pokarmowy: 30.34 g Sód: 2627.74 mg Fruktaza: 14.67 g Laktoza: 20.33 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.17 g	Wartość energetyczna: 2005 kcal Białko ogółem: 91.19 g Węglowodany ogółem: 316.3 g Tłuszcz: 48.07 g Glukoza: 5.08 g Sacharaza: 39.95 g Błonnik pokarmowy: 29.39 g Sód: 2567.54 mg Fruktaza: 14.67 g Laktoza: 20.32 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.36 g	Wartość energetyczna: 1984 kcal Białko ogółem: 78.47 g Węglowodany ogółem: 367.56 g Tłuszcz: 28.29 g Glukoza: 5.08 g Sacharaza: 41.64 g Błonnik pokarmowy: 27.34 g Sód: 2509.94 mg Fruktaza: 11.07 g Laktoza: 0.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.38 g	Wartość energetyczna: 2175 kcal Białko ogółem: 78.07 g Węglowodany ogółem: 330.77 g Tłuszcz: 64.96 g Glukoza: 13.74 g Sacharaza: 40.45 g Błonnik pokarmowy: 28.96 g Sód: 1969.46 mg Fruktaza: 22.85 g Laktoza: 0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.45 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: 000004484 NIP 538-15-94-357

Ic. Daniej 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 i produktów z nich

ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MGL-międzyrzec

\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

6.09.2024 PIĄTEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250mljablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jablko 1szt	Platki 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 jablko 1szt	Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Jaja 2szt (JAJ) pomidor +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i pastą warzywną	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i pastą warzywną			
OBIAD	Zupa dziadowska z natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) surówka z kapusty kiszzonej, jabłka I marchwi z olejem rzepakowym 150g jablko 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowskaz natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) surówka z kapusty kiszzonej, jabłka I marchwi z olejem rzepakowym 150g kompot owocowy b/cukru250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 300ml ( GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z morszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ,RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g morszczuk pieczony 100g(RYB) marchewka gotowana 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 Fruktioza (g) 0 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser biały 30g(MLE) pomidor +salata 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) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 70g(MLE) pomidor +salata 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 +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:2296 kcal Białko ogółem:88.09 g Węglowodany ogółem:338.7 g Tłuszcz:73.1 g Glukoza:9.8 g Sacharoza:29.83 g Błonnik pokarmowy:35.13 g Sód:2425.69 mg Fruktioza:21.82 g Laktoza:17.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.81g	Wartość energetyczna:2142 kcal Tłuszcz:62.42 g Glukoza:8.15 g Sacharoza:28.03 g Błonnik pokarmowy:33.78 g Sód:2260.09 mg Białko ogółem:87.37 g Węglowodany ogółem:324.48 g Fruktioza:14.17 g Laktoza:17.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.07g	Wartość energetyczna:2512 kcal Białko ogółem:104.47 g Węglowodany ogółem:341.6 g Tłuszcz:89.78 g Glukoza:6.8 g Sacharoza:13.58 g Błonnik pokarmowy:39.54 g Sód:3255.95 mg Fruktioza:13.72 g Laktoza:26.52 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:22.47 g	Wartość energetyczna:2253 kcal Białko ogółem:88.69 g Węglowodany ogółem:349.75 g Tłuszcz:63.74 g Glukoza:8.15 g Sacharoza:35.22 g Błonnik pokarmowy:36.16 g Sód:2367.76 mg Fruktioza:14.17 g Laktoza:17.7 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.26 g	Wartość energetyczna:2179 kcal Białko ogółem:94.75 g Węglowodany ogółem:325.2 g Tłuszcz:62.84 g Glukoza:8.15 g Sacharoza:28.05 g Błonnik pokarmowy:33.78 g Sód:2390.69 mg Fruktioza:14.17 g Laktoza:18.31 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.23 g	Wartość energetyczna:2105 kcal Białko ogółem:70.18 g Węglowodany ogółem:358.69 g Tłuszcz:50.53 g Glukoza:7.52 g Sacharoza:34.9 g Błonnik pokarmowy:30.79 g Sód:2321.06 mg Fruktioza:13.17 g Laktoza:0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:11.49 g	Wartość energetyczna:2295 kcal Białko ogółem:64.46 g Węglowodany ogółem:336.48 g Tłuszcz:82.48 g Glukoza:15.66 g Sacharoza:33.39 g Błonnik pokarmowy:32.93 g Sód:1960.67 mg Fruktioza:24.49 g Laktoza:0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.07 g

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM**  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
NIP: 000000002958  
tel. 83 371 83 55  
Regon 000584404 NIP 638-15-94-357

**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 rośliny strączkowe mączka ziemniaczana  
ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubianka  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

7.09.2024 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) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytny 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) połędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250 ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml kiwi 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) pasta mięsna 50g połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) pasta mięsna 50g połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) pasta mięsna 50g połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) pasta mięsna 80g pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 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 z fasolki szparagowej z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) brzoskwinia 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa z fasolki szparagowej z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa z fasolki szparagowej 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) 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)	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)	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)	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)	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)	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)	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)
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytny 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z ciecierzycy 50g 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 pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z ciecierzycy 50g 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	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Pieczywo chrupkie 40g	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml
	Wartość energetyczna: 2371 kcal Białko ogółem: 64.63 g Węglowodany ogółem: 416.88 g Tłuszcz: 57.34 g Glukoza: 16.67 g Sacharoza: 49.88 g Błonnik pokarmowy: 37.16 g Sód: 1746.21 mg Fruktoza: 41.56 g Laktoza: 27.32 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.95 g	Wartość energetyczna: 2189 kcal Białko ogółem: 67.83 g Węglowodany ogółem: 382.81 g Tłuszcz: 49.58 g Glukoza: 13.57 g Sacharoza: 46.17 g Błonnik pokarmowy: 29.37 g Sód: 1956.96 mg Fruktoza: 33.31 g Laktoza: 27.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.04 g	Wartość energetyczna: 2542 kcal Białko ogółem: 94 g Węglowodany ogółem: 393.29 g Tłuszcz: 75.45 g Glukoza: 11.6 g Sacharoza: 17.12 g Błonnik pokarmowy: 47.61 g Sód: 2748.37 mg Fruktoza: 20.19 g Laktoza: 18.3 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.16 g	Wartość energetyczna: 2442 kcal Białko ogółem: 83.75 g Węglowodany ogółem: 407.57 g Tłuszcz: 60.5 g Glukoza: 14.74 g Sacharoza: 47.35 g Błonnik pokarmowy: 33.25 g Sód: 2122.36 mg Fruktoza: 34.22 g Laktoza: 27.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.12 g	Wartość energetyczna: 2344 kcal Białko ogółem: 84.33 g Węglowodany ogółem: 388.37 g Tłuszcz: 57.59 g Glukoza: 14.74 g Sacharoza: 47.21 g Błonnik pokarmowy: 32.3 g Sód: 2145.56 mg Fruktoza: 34.22 g Laktoza: 27.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.54 g	Wartość energetyczna: 2300 kcal Białko ogółem: 74.35 g Węglowodany ogółem: 367.74 g Tłuszcz: 66.84 g Glukoza: 13.44 g Sacharoza: 41.66 g Błonnik pokarmowy: 33.41 g Sód: 1721.36 mg Fruktoza: 25.35 g Laktoza: 0.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.8 g	Wartość energetyczna: 2525 kcal Białko ogółem: 81.75 g Węglowodany ogółem: 355.61 g Tłuszcz: 94.07 g Glukoza: 23.79 g Sacharoza: 45.4 g Błonnik pokarmowy: 43.99 g Sód: 1762.82 mg Fruktoza: 38.61 g Laktoza: 0.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.2 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

w MIĘDZYRZECZU PODLASKIM

21-560 Międzyrzecz Podlaski ul. Warszawska 2-4

Nr. Rej. 00000002958

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

Regon 000504404 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-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-tubin, MCK- mięczaki

Jadłospis dekadowy 30.08-9.09.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

8.09.2024 NIEDZIELA	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA 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) 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 300 (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						
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 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:2191 kcal Białko ogółem:92.38 g Węglowodany ogółem:308.33 g Tłuszcz:71.46 g Glukoza:12.08 g Sacharoza:39.14 g Błonnik pokarmowy:27.57 g Sód:2230.78 mg Fruktoza:29.82 g Laktoza:14.78 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.59 g	Wartość energetyczna:2071 kcal Białko ogółem:91.78 g Węglowodany ogółem:290.18 g Tłuszcz:65.86 g Glukoza:9.08 g Sacharoza:35.69 g Błonnik pokarmowy:24.57 g Sód:2227.78 mg Fruktoza:21.72 g Laktoza:14.78 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.2 g	Wartość energetyczna:2295 kcal Białko ogółem:114.81 g Węglowodany ogółem:302.77 g Tłuszcz:76.89 g Glukoza:7.48 g Sacharoza:11.67 g Błonnik pokarmowy:32.65 g Sód:3251.47 mg Fruktoza:14.32 g Laktoza:25.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:19.75 g	Wartość energetyczna:1975 kcal Białko ogółem:94.08 g Węglowodany ogółem:305.07 g Tłuszcz:47.89 g Glukoza:9.08 g Sacharoza:35.91 g Błonnik pokarmowy:25.32 g Sód:2131.68 mg Fruktoza:21.72 g Laktoza:15.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.07 g	Wartość energetyczna:2062 kcal Białko ogółem:98.62 g Węglowodany ogółem:287.97 g Tłuszcz:62.76 g Glukoza:9.08 g Sacharoza:35.75 g Błonnik pokarmowy:24.47 g Sód:2368.08 mg Fruktoza:21.72 g Laktoza:14.78 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:16.15 g	Wartość energetyczna:2087 kcal Białko ogółem:82.14 g Węglowodany ogółem:299.95 g Tłuszcz:66.92 g Glukoza:8.74 g Sacharoza:58.32 g Błonnik pokarmowy:20.53 g Sód:1960.41 mg Fruktoza:21.17 g Laktoza:0.1 g Kw. tłuszczowe nasycone ogółem:16.43 g	Wartość energetyczna:2385 kcal Białko ogółem:84.23 g Węglowodany ogółem:286.76 g Tłuszcz:104.25 g Glukoza:17.4 g Sacharoza:37.64 g Błonnik pokarmowy:24.17 g Sód:1696.46 mg Fruktoza:32.95 g Laktoza:0.1 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.91 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECZU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
Nr. Rej. 000000002958

llec. 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

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Alergeny: : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzechy z drzew orzechowych SEL-seler GOR-gorzycza SEZ-szczam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK-nieczka  
Regon: 000000002958 NIP: 7171840940