

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

01.12.2024 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE, ) Sałatka z buraczką z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Sałatka z buraczką z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE) Sałatka z buraczką z ziołami 100g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Sałatka z buraczką z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 40 g Twarożek z ziarnami 40 g (MLE, ) Sałatka z buraczką z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Płatki owsiane 300ml na wodzie (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka z buraczką z ziołami 100 g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki (150g)(MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLUSEL) Kasza jęczmienna 170g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR, SO2) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g)(MLE)</u>	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki (150g)(MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU, ) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU, ) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml.	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Jogurt naturalny 150g (MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE, ) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE, ) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Sałata 10g masło extra 10g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 50 g Ser żółty 30 g (MLE, ) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100 g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tl. nasy.: 13 g. Węglowodany ogółem 360g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość en.: 2024kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tl. nasy.: 12 g. Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2319 kcal Białko ogółem 93g, Tłuszcz 54g, Węglowodany ogółem 354g, W tym cukry: 29g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g;	Wartość en.: 2024kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tl. nasy.: 12 g. Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 55g Kw. tl. nasy.: 13 g. Węglowodany ogółem 350g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tl. nasy.: 13 g. Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tl. nasy.: 13Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4g;

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI I DROWYJNE  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000684484 NIP 520 42 81 81

Mateusz Rewerski  
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępa  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

02.12.2024 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) chleb razowy 90g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Szynka wieprzowa gotowana 30g Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza ½ szt	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt	Kluski lane na mleku roślinnym 300ml (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) masło roślinne 10 g Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
<b>OBIAD</b>	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Masłanka 150g (MLE)</u>	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, ) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Maślanka 150ml(MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb razowy 45 g (GLU) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Rzepa biała 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU, ) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Rzepa biała 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU, ) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 60 g (SOJ) Ser żółty (30g)(MLE) Rzepa biała 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU, ) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Rzepa biała 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
<b>DP</b>	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 45g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3 g.	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 101g, Tłuszcz 75g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 348g W tym cukry: 24, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 45g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3 g.	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 24, Błonnik pokarmowy 13g, Sól: 3 g.

lic. Danieł Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY 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 000584484 NIP 538-15-94-357

Mateusz Rewerski  
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępa  
Kreżnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381032

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

03. 12.2024 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Piersz z indyka gotowana 30g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Piersz z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU) Piersz z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Piersz z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Piersz z indyka gotowana 40 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 40 g (MLE) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Piersz z indyka gotowana 60 g Pomidor 70 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaj (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <b>PODWIECZOREK:</b> jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ ) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)						
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 40 g Pasta mięsna z warzywami 50g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
DP	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól: 4 g.	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 99g, Tłuszcz 64g, Kw. tł. nasy.: 11 g Węglowodany ogółem 374g, Błonnik pokarmowy 38g, W tym cukry: 25 g, Błonnik pokarmowy 34g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól: 4 g.	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 378g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 15, Sól: 4 g.

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 55  
Regon 000584484 NIP 538-15-04-987

Mateusz Rewerski  
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępa  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

04. 12.2024 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄLKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 40 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 40g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 300 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
<b>OBIAD</b>	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml <b>PODWIECZOREK:</b> kefir 150g (MLE)	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ, ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Kefir naturalny 150g (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 70 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 70 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło roślinne 10g Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
<b>DP</b>	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2088kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 3g.	Wartość energetyczna 2380 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 376g, W tym cukry: 28g, Błonnik pokarmowy 36g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2088kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 376g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 185g W tym cukry: 28g, Bł. 18g, Sól: 3g.

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY SZPITAL  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2  
N. Rej. 0000000295P  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 55  
Regon 000534484 NIP 639-15-46-1107

Mateusz Rewerski  
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępa  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

05. 12.2024 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Chleb razowy 45 g (GLU, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Zupa ml. Plątki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Banan 50g.	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Chleb razowy 45 g (GLU, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pasta mięsna z marchewką 40 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g.	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb razowy 45 g (GLU, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50g(GLU, SEL) Ryz biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL ) Ryz biały 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL ) Ryz brązowy 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Masłanka 150ml (MLE)</u>	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL ) Ryz biały 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL ) Ryz biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g( JAJ, MLE)  Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, SO2, ) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL ) Ryz biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g( JAJ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Maślanka 150ml (MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotow. 50g Serek topiony 25 g (MLE, ) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Pierś z indyka gotowana 50 g Serek topiony 25 g (MLE, ) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Serek topiony 25 g (MLE) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 50 g Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
DP	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 76g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 333g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2033 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 50g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 313g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2408 kcal Białko ogółem 95g, Tłuszcz 63g, Kw. tł. nasy.: 10 g Węglowodany ogółem 379g, W tym cukry: 29g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2033 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 50g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 313g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 523g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 76g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 333g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 99g, Tłuszcz: 74g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 29g Błonnik pokarmowy 14g, Sól: 4g;

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

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 000524424 NIP 528 45 01 001

Mateusz Rewerski  
Dietetyk

AGHIN Paweł Kępa  
Kreżnica Jarzą 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

06. 12.2024 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami- 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml <b>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny 120g. (MLE)</b>	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB, ) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g(MLE)						
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 40 g Kielbasa krakowska 50 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 4 g.	Wartość energetyczna 2427 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 68g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 371g, W tym cukry: 25 g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 90g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 4 g.	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 90g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 338g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 75g, Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 183g, W tym cukry: 25g, bł 12g, Sól: 4 g.

lic. **Papier Kowalik**  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
N. Rej. 000000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000534484 NIP 538-15-94-357

**Mateusz Rewerski**  
Dietetyk

**AGHiH Paweł Kep**  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lubl  
NIP: 946-253-62-54 REG. 06038108

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

07. 12.2024 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45g (GLU, ) Chleb pszenny 45 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) chleb razowy 45g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) chleb razowy 45g (GLU, ) Chleb pszenny 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 50 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ryżowa na mleku roślinnym 300 ml chleb razowy 45g (GLU, ) Chleb pszenny 45g (GLU) masło roślinne 10 g Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Mleko 2% tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAŁ	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Pałka z kurczaka 100 g Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Banan 150g	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Pałka z kurczaka 100 g Kasza gryczana 170 g Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml <u>PODWIECZOREK: maślanka 150ml(MLE)</u>	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Pałka z kurczaka 100 g Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ) Pałka z kurczaka 100 g Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Budyń waniliowy 300ml (MLE)						
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) szynkowa wieprzowa 40 g paszтет drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) szynkowa wieprzowa 40 g paszтет drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO, ) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) szynkowa wieprzowa 60 g paszтет drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) masło roślinne 10 g szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, S, G, SO, ) paszтет drobiowy 30g (JAJ, GOR) Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wałeczek ryżowy pelmoziarnisty 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2018kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 11g, Węglowodany ogółem 318g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g.	Wartość energetyczna 2289 kcal Białko ogółem 91g, Tłuszcz 64g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 358g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 12g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2018kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 318g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g.	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 324g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4g.

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

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 14264464 NIP 142-64-64-117

Mateusz Kewerski  
DIETETYK

AGHIN Paweł Kępa  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

08. 12.2024 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LAWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 30 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 30 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 40 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kasza jaglana na wodzie 300 ml chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło roślinne 10 g szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2% tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
<b>OBIAD</b>	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kluski leniwe 250g (MLE, GLU, JAJ) z bułką tartą i maselkiem 30g (MLE, GLU) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabiko 150g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kluski leniwe 250g (MLE, GLU, JAJ) z bułką tartą i maselkiem 30g (MLE, GLU) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kluski leniwe 250g (MLE, GLU, JAJ) z maselkiem 30g (MLE) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)</u>	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kluski leniwe 250g (MLE, GLU, JAJ) z bułką tartą i maselkiem 30g (MLE, GLU) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kluski leniwe 250g (MLE, GLU, JAJ) z bułką tartą i maselkiem 30g (MLE, GLU) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Kopytka 250g (GLU, JAJ) z bułką tartą 30g (GLU) Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Kefir naturalny 150g (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb pszenny 45 g (GLU, ) chleb razowy 45 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Pasta mięsna z warzywami 30 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Serek topiony 25g (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Pasta mięsna z warzywami 60 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Pasta mięsna z warzywami 30 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Serek topiony 25g(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Pasta mięsna z warzywami 60 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Pasta mięsna z warzywami 50 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Serek topiony 25g(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU, ) masło roślinne 10 g Pasta mięsna z warzywami 30 g (SEL ) Pomidor 90 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
<b>DP</b>	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 51g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 375g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2067 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 51g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2372 kcal Białko ogółem 100g, Tłuszcz 65g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 367g, W tym cukry 28g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2067 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 51g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 51g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 365g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 51g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 375g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 3g.

Ile. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI I PROMOCJI  
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 538-15-04-357

Mateusz Ręwerski  
Dietyk

AGHIN Paweł Kępa  
Kreżnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

09. 12.2024 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 45 g (GLU, ) chleb razowy 45g g (GLU, ) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 90 g (GLU, ) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) chleb razowy 90g g (GLU, ) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 45 g (GLU, ) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) szynka gotowana wieprzowa 40 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE, ) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) szynka gotowana wieprzowa 60 g Ogórek 50 g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Colesław 150g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz brązowy 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy b/c 150ml <b>PODWIECZOREK:</b> Kefir (150g) (MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka z marchewki 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Maślanka 150 ml (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Bułka pszenna 50 g ( GLU ) Chleb razowy. 50 g ( GLU, ) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 100 g ( GLU ) Szynek drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Chleb razowy 90 g ( GLU, ) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE) <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Bułka pszenna 100g (GLU) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g ( GLU ) Chleb razowy. 50 g ( GLU ) Szynek drobiowa 40 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło roślinne 10g	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
<b>DP</b>	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 3g.	Wartość energetyczna 2283 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 58g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 366g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 34g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 3g.	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 79g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 370g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 5g.

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

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

Mateusz Rewerski  
DIETETYK

AGHIN Paweł Kępa  
Kępa Jarz 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.12-10.12.2024 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

10. 12.2024 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU, ) Chleb razowy 45g (GLU, ) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 90g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE) Jabłko gotowane 100g. Herbata czarna z/c 250ml	Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 90g (GLU, ) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE) Pomarańcza ½ szt. Herbata czarna z/c 250ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU, ) pierś z indyka gotowana 40g Pasta z tuńczyka z twarogiem 40 g (RYB, MLE, ) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym 300 ml Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
<b>OBIĄD</b>	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Bigos 300 g (GLU, SOJ, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Banan 150g	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Bigos 300 g (GLU, SOJ, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Kefir 150ml (MLE)</u>	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Bigos 300 g (GLU, SOJ, ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z zielenią 300 ml (GLU, SOJ ) Bigos 300 g (GLU, SOJ, SOJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Budyń czekoladowy 300ml (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Bułka pszenna 50g ( GLU ) Chleb razowy 50 g ( GLU ) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g ( GLU ) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Bułka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g ( GLU ) Chleb razowy 50 g ( GLU ) krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE ) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło roślinne 10g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
<b>DP</b>	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Waflę ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2025kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 89g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 368g, W tym cukry: 28g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2025kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 5g.

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY OŚRODEK DIETETYCZNY  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Ragon 000534484 NIP 538.15.04.957

Mateusz Rzewerski  
Dietyk

AGHIN Paweł Kępa  
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin  
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082