

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

01.01.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Platki jaglane na ml. 350 ml (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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jablko gotowane 100g	Platki jaglane na ml. 350 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 Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jablko gotowane 100g	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Platki jaglane na ml. 350 ml (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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Platki jaglane na mleku roślinnym. 350 ml chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pomidor 100 g Salata 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 pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE,) Kasza gryczana 170 g Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jablko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Duszone pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki 170g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE,) Kasza gryczana 170 g Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2,) Kompot wieloowocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Jogurt naturalny 120g. (MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Duszone pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki 170g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE,) Kasza gryczana 170 g Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU) Sos koperkowy 50 g (GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE) Filet z karczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g(MLE)						
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40 g (SOJ) Salata 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) Salata 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) Salata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (GLU, SOL, MLE*, SEL*, GOR*)	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Salata 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) Salata 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) Salata 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 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Sól 5 g.	Wartość energetyczna 2066 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 2546 kcal Białko ogółem 99g, Tłuszcz 63g, Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 35 g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól 4 g.	Wartość energetyczna 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Sól 5 g.	Wartość energetyczna 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Sól 5 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 30 g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4 g.

lic. Daniel Kowalik

DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

w MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4

Nr. Rej. 000000032958

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

www.ozp.1614.nazwa.83.16.94.947

Mateusz Rewerski

DIETETYK

AGHiH Paweł Kępa

Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin

NIP: 946-253-62-54 REG. 060381082

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

02.01.2025 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (beznleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Ryz na mleku 350 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 350 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 350 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 350 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 350 ml (MLE.) chleb razowy 45g (GLU.) Chleb pszenny 45g (GLU.) masło extra 10 g (MLE.) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Szyńska 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 350 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 jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE.) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (JAJ, MLE.) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Banan 150g	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE.) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml 350 ml (GLU, SOJ, MLE.) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (JAJ, MLE.) Kompot wieloowocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: maślanka 150ml(MLE)	Zupa marchewkowa 300 ml 350 ml (GLU, SOJ, MLE.) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml 350 ml (GLU, SOJ, MLE.) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (JAJ, MLE.) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml 350 ml (GLU, SOJ) Pieczony udo z kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z kapusty czerwonej 150 g (JAJ) 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 pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO.) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 120g (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 pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO.) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU.) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (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 pasztet 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.) pasztet 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	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2147 kcal Białko ogółem 79g, Tłuszcz 54g Kw. tl. nasy.: 10 g. Węglowodany ogółem 333g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 333g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2404 kcal Białko ogółem 95g, Tłuszcz 63g Kw. tl. nasy.: 10 g. Węglowodany ogółem 378g W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 335g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2247 kcal Białko ogółem 114g, Tłuszcz 64g Kw. tl. nasy.: 10g. Węglowodany ogółem 343g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2147 kcal Białko ogółem 85g, Tłuszcz 64g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 343g. W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g Kw. tl. nasy.: 12g. Węglowodany ogółem: 190g W tym cukry: 30g, Błonnik pokarmowy 14g, Sól: 4g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2
Nr. Rej. 00000902568
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 55
Regon 000584484 NIP 538 15 94 1357

Mateusz Rewers...
Dietetyk

AGHiH Paweł Ke
Krężnica Jara 21, 20-515 L
NIP: 946-253-62-54 REG. 0603

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

03.01.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 350 ml (MLE,) Chleb razowy 45 g (GLU.) Bulka 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. 350 ml (MLE.) Bulka 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 50 g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 350 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 Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 350 ml (MLE,) Bulka 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. 350 ml (MLE,) Bulka 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 350 ml Chleb razowy 45 g (GLU.) Bulka 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	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Banan 150g	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300ml (SEL, GLU) Palka z kurczaka 120 g Ryż brązowy 170g Surówka wielowarzynna 150g (JAJ) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml PODWIECZOREK: Maślanka 150ml (MLE)	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 120g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Palka z kurczaka 120 g Ryż biały 170g Surówka wielowarzynna 150g (JAJ) Kompot wieloowocowy b/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) Piersz 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) Piersz 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) Piersz 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 II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wedliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Piersz 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) Piersz 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) Piersz z indyka gotowana 50 g Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 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)
DP	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2022 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 4 g.	Wartość energetyczna 2372 kcal Białko ogółem 99g, Tłuszcz 64g Kw tl. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 373g, W tym cukry: 35 g, Błonnik pokarmowy 38g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2022 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43 g, Błonnik pokarmowy 11g, Sól 4 g.	Wartość energetyczna 2255 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 43 g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem 98g, Tłuszcz: 74g Kw. tl. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 190g, W tym cukry: 48 g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 3 g.

llec. Daniel Nowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 000000002958
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000584484 NIP 538-15-94-207

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGHHA Paweł K
Krężnica Jara 21, 20-515
NIP: 946-253-62-54 REG. 0603

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

04.01.2025 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE.) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 90g (GLU) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE.) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb razowy 90 g (GLU) Twarożek z koperkiem i ogórkiem 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 90g (GLU) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE.) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 80 g (MLE.) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza manna na wodzie 350 ml (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Dżem owocowy 25g Pomidor 70 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	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 jarzynowa 300 ml (GLU, MLE.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, MLE.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MLE, SEL.) Ryż biały 170 g Buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, MLE.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml PODWIECZOREK: jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, MLE.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MLE, SEL.) Ryż biały 170 g Buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, MLE.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) 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) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90 g (GLU) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 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) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(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) Jaja 1 szt. kl. M Pasta warzywna 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 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tl. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 399g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2053kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tl. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2415 kcal Białko ogółem 92g, Tłuszcz 74g Kw. tl. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 387g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2053kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tl. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 109g, Tłuszcz 57g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 419g, W tym cukry: 41g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 399g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. tl. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 4g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 000000002358
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon. 000004464 NIP. 600-149-1277

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępczyński
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin
NIP: 946-253-62-54 REG. 060381

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

05.01.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 350 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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE.) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE.) Chleb razowy 90 g (GLU.) Masło 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE.) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 350 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 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)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem 300 ml (GLU, SOJ, JAJ) Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Banan 150g	Barszcz biały z jajkiem 300 ml (GLU, SOJ, JAJ) Duszona bitka wieprzowa 100g Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (GLU.) Brokuł gotowany 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem 300 ml (GLU, SOJ, JAJ) Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Kefir 150ml (MLE)</u>	Barszcz biały z jajkiem 300 ml (GLU, SOJ, JAJ) Duszona bitka wieprzowa 100g Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (GLU.) Brokuł gotowany 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem 300 ml (GLU, SOJ, JAJ) Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Barszcz biały z jajkiem 300ml (GLU, SOJ, JAJ) Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z marchewki 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g (MLE)						
KOLACJA	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 <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (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)
DP	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 348g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g Kw. tl. nasy. 11 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 34 g, Błonnik pokarmowy 38g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 348g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2349 kcal Białko ogółem 107g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 7 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. tl. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 48 g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 5g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4
Nr. Rej. 000000025-58
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000004408 NIP 638-15-04-357

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGH H Paweł Kępa
Krężnica Jara 21, 20-515 Lub
NIP: 946-253-62-54 REG. 0603810

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

06.01.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄLKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE,) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Chleb razowy 90 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE) Salatka z buraczka z ziołami 100g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 40 g Twarożek z ziarnami 40 g (MLE,) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Płatki owsiane 350ml na wodzie (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 60 g Salatka z buraczka 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	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pełnoziarnisty 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g)(MLE)</u>	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ) 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 100g, masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Salata 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 II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Salata 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 150 ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2024kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 353g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 93g, Tłuszcz 74g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 355g, W tym cukry 39g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2024kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 63g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 365g, W tym cukry: 40g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 1850 kcal Białko ogółem 98g, Tłuszcz 74g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 190g, W tym cukry: 40g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 4g.

lic. Daniel Kowalik
DIEETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 00000902358
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 55
Regon 000094464 NIP 529 45 94 00 00

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępczyński
Kreżnica Jara 21, 20-515 Lu
NIP: 946-253-62-54 REG. 06038

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

07.01.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	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 Banan 50g	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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE.) chleb razowy 90g g (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 Banan 50g	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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	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 Banan 50g	Kluski lane na mleku roślinnym 300ml (GLU) Chleb pszenny 45 g (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 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) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g)
OBIAD	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 150ml PODWIECZOREK: Kefir (150g) (MLE)	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ogórkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Kasza jęczmienna drobna 170 g (GLU) Surówka Coleslaw 150 g 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	Maślanka 150ml(MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g, (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Ogórek kiszony 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU,) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE,) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 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) Ogórek kiszony 90g Salata 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) Ogórek kiszony 90g Salata 10g 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 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
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 67g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2153kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 21g.	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 101g, Tłuszcz 75g, Węglowodany ogółem 348g, Błonnik pokarmowy 35g,	Wartość energetyczna 2153kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 21g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 67g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 67g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Węglowodany ogółem: 190g, Błonnik pokarmowy 18g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
w Międzyrzeczu Podlaskim
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4
Nr. Rej. 000000023588
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000584484 NIP 638-15-94-367

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGNIA Pawł K...
Kuchnia Jara.21. 20-315 Lu
NIP 546-253-92-54 REG 000302

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

08.01.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	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) Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE.) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE.) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE.) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	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) Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarańcza ½ szt.	Kasza jaglana na wodzie 300 ml chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło roślinne 10 g Pasta jajeczna 30 g (JAJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g 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)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2% tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wielowocowy z/c 250 ml Banan 150g	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SEL, MLE.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wielowocowy z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Brokuł gotowany 150 g Kompot wielowocowy b/c 250 ml PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g)(MLE)	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wielowocowy z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wielowocowy z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL.) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wielowocowy 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	Kefir naturalny 150g (MLE)						
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU.) chleb razowy 45 g (GLU.) masło extra 10 g (MLE.) Twarożek z warzywami 30 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10g Serek topiony 25g (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Twarożek z warzywami 60 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU.) masło extra 10 g (MLE.) Twarożek z warzywami 30 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10g Serek topiony 25g(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Twarożek z warzywami 60 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU.) masło extra 10 g (MLE.) Twarożek z warzywami 30 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 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 Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 90 g Salata 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)
DP	Budyń śmietankowy 150g (MLE)	Budyń śmietankowy 150g (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń śmietankowy 150g (MLE)	Budyń śmietankowy 150g (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 359g. W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2020kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy. 9 g. Węglowodany ogółem 331g. W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2423 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 68g Kw. tł. nasy. 9 g. Węglowodany ogółem 370g. W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 35g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2120kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 63g Kw. tł. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 351g. W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2375 kcal Białko ogółem 103g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy. 8 g, Węglowodany ogółem 369g. W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 359g. W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 12 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 18g, Sol. 4g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
w Międzyrzeczu Podlaskim
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 000000032558
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 43 55
Regon 000534484 NIP 538-10-94-267

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGH H Paweł Kępa
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin
NIP: 946-253-62-54 REG. 06038108

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

09.01.2025 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45 g (GLU,) Chleb razowy 45g g (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 Banan 50g	Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Makaron pełnoziarnisty na mleku 350ml (GLU, MLE.) chleb razowy 90g g (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 Jabłko gotowane 100g	Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g g (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 Banan 50g	Makaron na mleku roślinnym 350ml (GLU) Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g g (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 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) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryz brązowy 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 150ml PODWIECZOREK: Kefir (150g) (MLE)	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryz biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g 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	Maślanka 150ml(MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU,) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Ogórek kiszony 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU,) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE,) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 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) Ogórek kiszony 90g Salata 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) Ogórek kiszony 90g Salata 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)
DP	Sok owocowy I szt.	Sok owocowy I szt.	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy I szt.	Sok owocowy I szt.	Sok owocowy I szt.	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2126 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tl. nasy: 9 g Węglowodany ogółem 380g. W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 46g, Kw. tl. nasy: 9 g Węglowodany ogółem 368g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2183 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 58g, Kw. tl. nasy: 9 g Węglowodany ogółem 366g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 34g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 46g, Kw. tl. nasy: 7 g Węglowodany ogółem 368g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2526 kcal Białko ogółem 104g, Tłuszcz 56g, Kw. tl. nasy: 9 g Węglowodany ogółem 417g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2126 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tl. 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. tl. nasy: 12 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 4g;

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SPRZĄDZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 00000002858
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 55
Regon 000984464 NIP 528-15-91-307

Mateusz Ręwerski
Dietetyk

AGHHiH Paweł Kępa
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin
NIP: 946-253-62-54 REG. 06038108

JADŁOSPIS 01.01-10.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

10.01.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKÓWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Platkii owsiane 350 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%tl) (MLE,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Platkii owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Salata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tl) (MLE,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Platkii owsiane 350 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%tl) (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Platkii owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Salata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tl) (MLE,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Platkii owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 40 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tl) (MLE,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Pomarańcza 1/2 szt.	Platkii owsiane na wodzie 350 ml (GLU) chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 60 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza 1/2 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) jaja 30g (JAJ)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (GOR, SEL) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa ryżowa z warzywami 300 ml (GLU, SEL) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Marchew gotowana 150g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (GOR, SEL) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot wieloowocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: kefir 150g (MLE)	Zupa ryżowa z warzywami 300 ml (GLU, SEL) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Marchew gotowana 150g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (GOR, SEL) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (GOR, SEL) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Maślanka 150 ml (MLE)						
KOLACJA	Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU.) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE,)	Bulka pszenna 100 g (GLU) Szynek drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE,)	Chleb razowy 90 g (GLU.) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE,) II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEJ*, GOR*)	Bulka pszenna 100g (GLU) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE,)	Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU) Szynek drobiowa 40 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE,)	Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU,) Szynek drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło roślinne 10g	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bulka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2125 kcal Białko ogółem 51g, Tłuszcz 51g, Kw. tl. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 485g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2091 kcal Białko ogółem 52g, Tłuszcz 51g, Kw. tl. nasy.: 11 g Węglowodany ogółem 350g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 101g, Tłuszcz 65g, Kw. tl. nasy.: 10 g Węglowodany ogółem 367g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2191 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 66g, Kw. tl. nasy.: 10 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna 2025 kcal Białko ogółem 96g, Tłuszcz 56g, Kw. tl. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 415g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2091 kcal Białko ogółem 52g, Tłuszcz 51g, Kw. tl. nasy.: 11 g Węglowodany ogółem 350g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Kw. tl. nasy.: 12g Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 00000002858
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 55
Regon 000524484 NIP: 538-16-94 007

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGH H Paweł Kępa
Krzysztof Jara 21, 20-515 Lublin
NIP. 940-253-02-54 REG. 06038106