

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

11.01.2025 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 350 ml (GLU, 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 Jabłko 100g	Makaron na mleku 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE,) Salata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE) Jabłko gotowane 100g. Herbata czarna z/c 250ml	Makaron pełnoziarnisty na mleku 350 ml (GLU, 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 Jabłko gotowane 100g	Makaron na mleku 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE,) Salata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE) Jabłko gotowane 100g Herbata czarna z/c 250ml	Makaron na mleku 350 ml (GLU, 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 Jabłko 100g	Makaron na mleku roślinnym 350 ml (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka 30 g (RYB) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	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	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Pieczony gołąbek bez zawijania z mięsa wp. 120g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy z/c 250ml Banan 1 szt.	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Pieczony gołąbek bez zawijania z mięsa wp. 120g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Kefir 150ml (MLE)	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Pieczony gołąbek bez zawijania z mięsa wp. 120g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Krupnik jęczmienny 300ml (MLE, SEL, GLU,) Pieczony gołąbek bez zawijania z mięsa wp. 120g (JAJ,) Ziemniaki 170 g Sos pomidorowy 40ml (GLU,) Surówka z marchewki i jabłka 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Jogurt naturalny 150 ml (MLE)						
KOLACJA	Bulka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Bulka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Salata 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 Salata 10g 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)	Bulka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Salata 10g Masło 82% 10g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
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 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tl. 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. tl. 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. tl. 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. tl. 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. tl. 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. tl. 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. tl. 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. 000000002958
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 55
Regon 000534484 NIP 638-16-04-367

Mateusz Rewerski
DIETETYK

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

12.01.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Kluski lane 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 Jabłko 1/2 szt.	Kluski lane 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 1/2 szt.	Kluski lane 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 1/2 szt.	Kluski lane 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 Jabłko 1/2 szt.	Kluski lane 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 Jabłko 1/2 szt.	Kluski lane na mleku roślinnym 350ml (GLU) Chleb pszenny 45g (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 Jabłko 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) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2% tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Duszony klopsik wieprzowy 100g z 2 szt. po 50g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150g Kompot owocowy z/c 250ml Banan- 1 szt.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Gotowany klopsik drobiowy 100g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40 ml (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Duszony klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150g Kompot owocowy b/c 250ml <u>PODWIECZOREK: masłanka 150ml(MLE)</u>	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Gotowany klopsik drobiowy 100g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40ml (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Duszony klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Duszony klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ.) Sos pomidorowy 40 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150g Kompot owocowy 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.) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Rzepa biała 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE.) Herbata czarna z/c 250 ml	bułka 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) Rzepa biała 90g Salata 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 salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bułka 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.) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 60 g (SOJ) Ser żółty (30g)(MLE) Rzepa biała 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE.) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU.) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Rzepa biała 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	Budyń śmietankowy 200ml (MLE)	Budyń śmietankowy 200ml (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń śmietankowy 200ml (MLE)	Budyń śmietankowy 200ml (MLE)	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2164 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tl. nasy. 11g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2053kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 62g Kw. tl. nasy. 11g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 101g, Tłuszcz 75g, Kw. tl. nasy.: 12g, Węglowodany ogółem 348g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2053kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 62g, Kw. tl. nasy.: 9g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2164 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tl. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2164 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tl. 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. tl. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól 2g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA
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 638-16-04-367

Mateusz Rewerski
Dietetyk

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

13.01.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. ryżowa 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Pierś 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 ½ szt. Sałata 10g	Zupa ml. ryżowa 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś 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 Jabłko gotowane 1 szt. Sałata 10g	Zupa ml. ryżowa 350 ml (MLE.) Chleb razowy 90 g (GLU) Pierś 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 Jabłko gotowane 1 szt. Sałata 10g	Zupa ml. ryżowa 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 90 g (GLU) Pierś 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 ½ szt. Sałata 10g	Zupa ml. ryżowa 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Pierś 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 ½ szt. Sałata 10g	Zupa ryżowa na bulionie 350 ml Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Pierś z indyka gotowana 60 g Pomidor 70 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Banan ½ szt. Sałata 10g	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 ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, MLE, SEL.) Pieczone udo z kurczaka 100g Ryz biały 170g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt.	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, MLE, SEL.) Gotowane udo z kurczaka 100g Ryz biały 170g Cukinia pieczona 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, MLE, SEL.) Pieczone udo z kurczaka 100g Ryz brązowy 170g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, MLE, SEL.) Gotowane udo z kurczaka 100g Ryz biały 170g Cukinia pieczona 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, MLE, SEL.) Pieczone udo z kurczaka 100g Ryz biały 170g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU, SEL.) Pieczone udo z kurczaka 100g Ryz biały 170g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy 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	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)						
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Szynka gotowana woprzowa 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 90 g (GLU) Szynka gotowana woprzowa 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 90 g (GLU) Szynka gotowana woprzowa 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 II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90 g (GLU) Szynka gotowana woprzowa 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 woprzowa 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 woprzowa 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 2175 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tł. 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. tł. 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. tł. 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 58g, Kw. tł. 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. tł. 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. tł. 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. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 48 g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 3 g

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: 000584484 NIP: 538-15-94-357

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGHIA Paweł Kępa
Krzężnica Jara 21, 20-515 Lublin
NIP: 046-253-62-54 REG. 000291002

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

14.01.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BÓGATOBIAŁKOWA	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 Mandarynka 1 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 Banan 1/2 szt.	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 Mandarynka 1 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 Mandarynka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE,) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 40g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Mandarynka 1 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 Mandarynka 1 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% 100g (MLE)
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL,) Gotowany gulasz wieprzowy 150g (GLU, GOR,) Kasza gryczana 170g Surówka Coleslaw 150g (JAJ) Kompot owocowy z/c 250ml Jablko 1 szt.	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL,) Kolorowy gulasz wieprzowy 150g (GLU, GOR,) Ryz 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml (MLE, SEL,) Gotowany gulasz wieprzowy 150g (GLU, GOR,) Kasza gryczana 170g Surówka Coleslaw 150g (JAJ) (GLU) Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: kefir 150g (MLE)	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL,) Gotowany gulasz wieprzowy 150g (GLU, GOR,) Ryz 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL,) Gotowany gulasz wieprzowy 150g (GLU, JAJ, GOR,) Ryz 170g Surówka Coleslaw 150g (JAJ) (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL,) Gotowany gulasz wieprzowy 150g (GLU, GOR,) Ryz 170g Surówka Coleslaw 150g (JAJ) Kompot owocowy z/c 250ml	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 Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, MLE, GOR) 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 II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, MLE, GOR) 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 Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, MLE, GOR) 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	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Wafle ryżowe pemoziarniste 40g	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Chrupki kukurydziane 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tł. 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. tł. 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. tł. nasy: 11 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 34 g, Błonnik pokarmowy 38g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy: 9 g, Węglowodany ogółem 348g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2349 kcal Białko ogółem 107g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy: 9 g, Węglowodany ogółem 374g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g.	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tł. 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. tł. nasy: 11 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 48 g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 5 g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2
Nr. Rej. 00000902958
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000534494 NIP 538-15-64-957

Mateusz Rewerski
DIETETYK

AGHIA Paweł Kępa
Krężnica Jara 21, 20-515 Lub
NIP: 946-253-62-54 REG. 0803810

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

15.01.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LĄTWOŚTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄLKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNĄ
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. Plątki 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,) Chleb razowy 45 g (GLU.) 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 szynką z indyka (30g)(GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL,) Pieczony kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL,) Schab gotowany 100g Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Marchew na ciepło 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (GLU, MLE, SEL,) Pieczony kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot owocowy b/c 250ml <u>PODWIECZOREK:</u> Masłanka 150ml (MLE)	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL,) Schab gotowany 100g Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Marchew na ciepło 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL,) Pieczony kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, SEL,) Pieczony kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 170g Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot owocowy 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	Masłanka 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	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe 40g	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 2104 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 333g, 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 89g, 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
DIELETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI...
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4
Nr. Rej. 00000002258
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

Mateusz Rewerski
DIELETYK

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

16.01.2025 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kiełbasa 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 350 ml (GLU, MLE,) Bulka pszenna 100 g (GLU) Kiełbasa 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 Jabłko gotowane 100g szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) Chleb razowy 90 g (GLU) Kiełbasa 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 350 ml (GLU, MLE,) Bulka pszenna 100 g (GLU) Kiełbasa 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 350 ml (GLU, MLE,) Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kiełbasa 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 350ml na wodzie (GLU) Bulka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kiełbasa 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 mannna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) twaróg 30g (MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU, MLE) Ryz biały 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU, MLE) Ryz biały 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU, MLE) Ryz brązowy 170g Surówka z kapusty 150g (JAJ) Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU, MLE) Ryz biały 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU, MLE) Ryz biały 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) Gotowany gulasz drobiowy z warzywami 150g (GLU) Ryz biały 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Filet z kureczaka 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,) Ogórki konserwowe 100 g (GOR) 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,) Ogórki konserwowe 100 g (GOR) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (GLU, SOL, 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,) Ogórki konserwowe 100 g (GOR) 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 Ogórki konserwowe 100 g (GOR) masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	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 150 ml
Wartość odżywcza	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 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 383g, 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: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2364 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: 43g, Tłuszcz: 73g Kw. tl. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 18g, Sól: 4g.

lic. Danis Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY SZPITAL OPICZNY
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 000000022258
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000634484 NIP 530 10 10 10

Mateusz Rewerski
Dietetyk

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

17.01.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄTKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, 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 ½ szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, 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. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, 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 Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Kasza manna na bulionie. 350 ml (GLU) 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 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) i jajem 30g(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa ryżowa 300ml (MLE, SEL.) Pieczony filet panierowany z mintaja 100g (GLU, RYB, JAJ.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot owocowy z/c 250ml Banan 1szt.	Zupa ryżowa 300ml (MLE, SEL.) Filet duszony z mintaja 100g (RYB.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 300ml (MLE, SEL.) Pieczony filet panierowany z mintaja 100g (GLU, RYB, JAJ.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Kefir (150g)(MLE)	Zupa ryżowa 300ml (MLE, SEL.) Filet duszony z mintaja 100g (RYB.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 300ml (MLE, SEL.) Pieczony filet panierowany z mintaja 100g (GLU, RYB, JAJ.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 300ml (SEL.) Pieczony filet panierowany z mintaja 100g (GLU, RYB, JAJ.) Kasza jęczmienna drobna 170g (GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot owocowy 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	Jogurt naturalny 150ml (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) Salatka 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 Salatka 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) Salatka 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 salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL.* , GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Salatka 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) Salatka 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 Salatka 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	Budyń czekoladowy 200ml (MLE)	Budyń czekoladowy 200ml (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń czekoladowy 200ml (MLE)	Budyń czekoladowy 200ml (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko 52g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 13g, Węglowodory ogólnie 360g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 2022 kcal Białko 48g, Tłuszcz 48g, Kw. tł. nasy. 12g, Węglowodory ogólnie 312g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 2185 kcal Białko 50g, Tłuszcz 74g, Kw. tł. nasy. 10g, Węglowodory ogólnie 355g, W tym cukry 39g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 2024 kcal Białko 48g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 9g, Węglowodory ogólnie 361g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko 52g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 13g, Węglowodory ogólnie 360g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko 52g, Tłuszcz 53g, Kw. tł. nasy. 13g, Węglowodory ogólnie 360g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli 5g.	Wartość energetyczna 1810 kcal Białko 49g, Tłuszcz 74g, Kw. tł. nasy. 12g, Węglowodory ogólnie 190g, W tym cukry 49g, Błonnik pokarmowy 15g, Soli 5g.

lic. Daniel Kowalik
DIETETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-
Nr. Rej. 00000002858
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon: 000000000000000000

Mateusz Rewerski
Dietetyk

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

18.01.2025 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LAIWNO PRZYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 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 50g	Zupa ml. Płatki 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. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb razowy 90g (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 50g	Zupa ml. Płatki 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 Pomarańcza 50g	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 40 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tl) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Pomarańcza 50g	Płatki owsiane na wodzie 350 ml (GLU) chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 60 g Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna b/c 250 ml Pomarańcza 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) jaja 30g (JAJ)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka wielowarzywna z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Ziemniaki z koperkiem 170g (GLU) Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka wielowarzywna z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Maślanka 150g (MLE)	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Surówka wielowarzywna z kapusty pekińskiej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ) Gotowana potrawka drobiowa z marchewką 120g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170g Buraczki na ciepło 150g (GLU) Kompot owocowy 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.) Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE)	Bulka pszenna 100 g (GLU) Szynkowa drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tl) (MLE)	Chleb razowy 90 g (GLU,) Szynkowa 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 salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Bulka pszenna 100g (GLU) Szynkowa 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) Szynkowa 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,) Szynkowa 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 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

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2
Nr. Rej. 00000002955
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 55
Regon 000584484 NIP 5941200000

Mateusz Kewerski
Dietetyk

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

19.01.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezsólczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na ml. 350 ml (MLE,) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Płatki kukurydziane na ml. 350 ml (MLE.) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 350 ml (GLU, MLE.) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Płatki kukurydziane na ml. 350 ml (MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Płatki kukurydziane na ml. 350 ml (MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Płatki kukurydziane 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 mannana (40g)(GLU), Cukier (10g), Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) twarogiem 30g (MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAŁ	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem pieczarkowym 60g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1szt.	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem jarzynowym 60g (MLE) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem pieczarkowym 60g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150g (MLE) Kompot owocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Jogurt naturalny 120g. (MLE)	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem jarzynowym 60g (MLE) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem pieczarkowym 60g (MLE) Surówka z kapusty czerwonej 150g (MLE) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) Gotowane kopytka 240g (GLU, JAJ), z sosem pieczarkowym 60g (MLE) Brokuł gotowany 150g Kompot owocowy 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) Salata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) 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 (M.L.F.) 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 (M.L.F.) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOL, MLE*, SEL*, GOR*)	Kielbasa krakowska 70.g (SOJ) Salata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (M.L.F.) 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 (M.L.F.) 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 pehiziarznicze 40g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 150ml	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, Sól: 5g.	Wartość energetyczna 2020kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól 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, Sól 5g.	Wartość energetyczna 2120kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 63g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 351g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 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, Sól 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, Sól 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, 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 000584484 NIP 539.15.04.367

Mateusz Rewerski
Dietetyk

AGHiH Paweł Kępczyński
Krężnica Jara 21, 20-515 Lublin
NIP: 946-253-62-54 REG. 0603810

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

20.01.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (beztłuszczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 350 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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan ½ szt	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan ½ szt	Zupa ml. Kasza jaglana 350 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 Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Banan ½ szt	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan ½ szt	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE,) chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynka gotowana drobiowa 40 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan ½ szt	Kasza jaglana na wodzie 350 ml chleb razowy 45 g (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) masło roślinne 10 g szynka gotowana drobiowa 60 g (SOJ) Papryka czerwona 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 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 koperkowa 300ml (MLE, SEL,) Pieczona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU, MLE) Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot owocowy z/c 250ml Jabłko 1 szt	Zupa koperkowa 300ml (MLE, SEL,) Duszona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU, MLE) Ryż biały 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300ml (MLE, SEL,) Pieczona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU, MLE) Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)</u>	Zupa koperkowa 300ml (MLE, SEL,) Pieczona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU, MLE) Ryż biały 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300ml (MLE, SEL,) Pieczona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU, MLE) Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot owocowy z/c 250ml	Zupa koperkowa 300ml (SEL,) Pieczona bitka drobiowa w sosie ziołowym 120 g (GLU) Kasza gryczana 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot owocowy 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	Kefir naturalny 150g (MLE)						
KOLACJA	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 Salata 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 Salata 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 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 salata (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 Salata 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 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 Pasta mięsna z warzywami 30 g (SEL,) 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 waniliowy 200g (MLE)	Budyń waniliowy 200g (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń waniliowy 200g (MLE)	Budyń waniliowy 200g (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2125 kcal Białko ogółem 51g, Tłuszcz 51g, Kw. tl. nasy.: 11 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
DIEETYK

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2
Nr. Rej. 00000002958
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 35
Regon 000534484 NIP 538-33-04-067

Mateusz Rewerski
Dietetyk

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

JADŁOSPIS 11.01-21.01.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21.01.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (beztłuszczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	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)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 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 zieleniną 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 zieleniną 300 ml (GLU, SOJ) Bigos 300 g (GLU, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml PODWIECZOREK: Kefir 150ml (MLE)	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 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 zieleniną 300 ml (GLU, SOJ) Bigos 300 g (GLU, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 300 ml (GLU, SOJ) Bigos 300 g (GLU, SOJ) Ziemniaki z koperkiem 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Budyn czekoladowy 300ml (MLE)						
KOLACJA	Bulka 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	Bulka 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 II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Bulka 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	Bulka 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	Bulka 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)
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 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 359g, 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
DIEETYK

SAKOWDZIELNY PUBLICZNY ZARZĄD OPIEKI SPOWROTNEJ
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4
Nz. Rej. 00000002958
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55
Regon 000884484 NIP: 528-15-94-357

Mateusz Rewerski
Dietetyk

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