

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

11. 08.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 Śliwka 1 szt.	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 (<u>MLE</u>) Chleb razowy 90g (GLU,) pierś z indyka gotowana 30 g (RYB, MLE,) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka 1 szt.	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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) Śliwka 1 szt. Herbata czarna z/c 250ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 Śliwka 1 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 Śliwka 1 szt.	Mleko 2% (450ml) (<u>MLE</u>), Kasza manna (40g)(<u>GLU</u>), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (<u>JA</u>), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)				Serek waniliowy 150g (<u>MLE</u>), mleko 2% 100ml (<u>MLE</u>)
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) Bigos 300 g (GLU, SOJ,) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (<u>GLU</u> ,) 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 <u>PODWIECZOREK: Kefir 150ml (MLE)</u>	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 300 ml (GLU, SOJ) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (<u>GLU</u> ,) 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 (<u>SEL</u>)
PODW. rehabilitacja	Budyń czekoladowy 300ml (MLE)						
KOLACJA	Bułka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Bułka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło roślinne 10g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
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: 3g;	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: 3g;	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 5g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

11. 08.2025 poniedziałek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 90g 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 Śliwka 1 szt.	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 20 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 20 g (RYB, MLE,) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Śliwka 1 szt.	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb pszenny 45g (GLU) pierś z indyka gotowana 15 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 15 g (RYB, MLE,) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g Masło 82% 5 g (MLE) Jabłko gotowane 100g. Herbata czarna z/c 250ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb pszenny 90g (GLU) pierś z indyka gotowana 30 g Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE,) Sałata 10g Pomidor bez skórki 90g Masło 82% 10 g (MLE) Jabłko gotowane 100g. Herbata czarna z/c 250ml
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa Krupnik jaglany z zieleniną 300 ml (SOJ) Bigos 300 g (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	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 200 ml (GLU, SOJ) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 60g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem 100 g Sos pomidorowy 20ml (<u>GLU</u>) Brokuł gotowany 100g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z zieleniną 300 ml (GLU, SOJ) Duszony pulpecik z mięsa drobiowego. 100g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem 170 g Sos pomidorowy 50ml (<u>GLU</u>) Brokuł gotowany 150g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) krakowska wieprzowa 30 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) krakowska wieprzowa 10 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor bez skórki 50 g Sałata 10g Masło 82% 5 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 100g (GLU) krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Dżem owocowy 25g Pomidor bez skórki 90 g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.
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 2171 kcal Białko ogółem 68g, Tłuszcz 47g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1025kcal Białko ogółem 28g, Tłuszcz 27g Kw. tł. nasy.: 5 g, Węglowodany ogółem 161g, W tym cukry: 28g, Błonnik pokarmowy 11g, Sól: 2g;	Wartość energetyczna 2025kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

12. 08.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) chleb razowy 45g g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb razowy 90g g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałata 10g Pomidor 90g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) szynka gotowana wieprzowa 40 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 60 g Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU ,MLE) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU ,MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU ,MLE) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Maślanka 150g (MLE)</u>	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU ,MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU ,MLE) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Maślanka 150 ml (MLE)						
KOLACJA	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU,) Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynkowa drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Chleb razowy 90 g (GLU,) Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE) <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Bułka pszenna 100g (GLU) Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU) Szynkowa drobiowa 40 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy. 50 g (GLU,) Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło roślinne 10g	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2283 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 58g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 366g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 34g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 79g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 370g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 5g

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

12. 08.2025 wtorek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki kukurydziane 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU) szynka gotowana wieprzowa 20 g Twarożek z koperkiem 20 g (MLE,) Ogórek 50 g Pomidor 50g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Śliwka węgierka 2 szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 200 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 15 g Twarożek z koperkiem 15 g (MLE,) Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g Masło 5g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 50g.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałata 10g Pomidor bez skórki 90g Masło 10g (82%tł) (MLE) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (MLE) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa porowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 200 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 80 g (GLU, MLE) Ziemniaki 100 g Buraczki gotowane 100 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g (GLU, MLE) Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Szynkowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 50g (GLU) Szynkowa drobiowa 20 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 25 g (GLU) Szynkowa drobiowa 10g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor bez skórki 50 g Sałata 10g Masło 5g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynkowa drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor bez skórki 90 g Sałata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)
DP	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 390g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1075 kcal Białko ogółem 37g, Tłuszcz 23g, Kw. tł. nasy.: 5 g Węglowodany ogółem 171g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 13g, Sól: 2g;	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 23g, Sól: 3g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, S02-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

13.08.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenny 45 g (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 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, 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 Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, 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 Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, 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 Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, 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 50g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU) 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 50g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: jogurt naturalny 150g (MLE)</u>	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 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) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml 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) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 40 g Pasta mięsna z warzywami 50g (SEL,) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
DP	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól: 4 g	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 99g, Tłuszcz 64g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 374g, Błonnik pokarmowy 38g, W tym cukry: 25 g, Błonnik pokarmowy 34g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól: 4 g	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 378g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 13, Sól: 4 g

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

13.08.2025 środa	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki jaglane na ml. 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g Pierś z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE,) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Pierś z indyka gotowana 20 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 20 g (MLE,) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 200 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 15 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 15g (MLE,) Pomidor bez skórki 50 g Masło 82% 5 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 50g.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE,) Pomidor bez skórki 70 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa koperkowa 300 ml (SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (MLE, SEL,) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 200 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 80 g (GLU, MLE, SEL,) Ryż biały 100 g Marchew gotowana 100 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL,) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 20 g Pasta mięsna z warzywami 30g (SEL,) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 20 g Pasta mięsna z warzywami 20g (SEL,) Pomidor bez skórki 50g Sałata liść 10 g Masło 82% 5 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL,) Pomidor bez skórki 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 388g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 53g, Tłuszcz 55g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 1149 kcal Białko ogółem 33g, Tłuszcz 25g, Kw. tł. nasy.: 6 g, Węglowodany ogółem 194g, W tym cukry: 22 g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 2 g;	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Sól: 4 g

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, S02-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

14. 08.2025 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) 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 Jabłko ½ szt	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb razowy 90g (GLU,) masło extra 10 g (MLE,) Szynka wieprzowa gotowana 30g Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko ½ szt	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) 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 ½ szt	Kluski lane na mleku roślinnym 300ml (<u>GLU</u>) Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) masło roślinne 10 g Paszтет drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt	Mleko 2% (300g)(<u>MLE</u>), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(<u>JAJ</u>), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(<u>MLE</u>)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(<u>MLE</u>), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g (GLU,MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy b/c 150ml <u>PODWIECZOREK: Kefir (150g) (MLE)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g (GLU,MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(<u>SEL</u>), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(<u>GLU</u>), śmietana 18% (20g)(<u>MLE</u>), 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) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU,) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU,) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 60 g (SOJ) Ser żółty (30g)(MLE) Rzodkiewka 90g Sałata 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) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(<u>SEL</u>), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(<u>GLU</u>), oliwa (5g), masło (5g)(<u>MLE</u>), cukier (10g)
DP	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Waflę ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3 g;	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 101g, Tłuszcz 75g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 348g W tym cukry: 24, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3 g;	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g ,Tłuszcz: 74g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 24 Błonnik pokarmowy 13g, Sól: 3 g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

14. 08.2025 czwartek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300ml (MLE) Chleb bezglutenowy 90g 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 ½ szt	Kluski lane na mleku 300ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt	Kluski lane na mleku 200ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 5 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 15 g Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 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 bez skórki 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300 ml (JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g(MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 80g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew na ciepło 100 g (GLU,MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g (GLU,MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 40 g (SOJ) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Krakowska wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g masło extra 5 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor bez skórki 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 369g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 67g, Tłuszcz 53g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 379g, W tym cukry: 44 g, Błonnik pokarmowy 30g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1019 kcal Białko ogółem 37g, Tłuszcz 23g Kw. tł. nasy.: 4 g, Węglowodany ogółem 170g, W tym cukry: 21 g, Błonnik pokarmowy 11g, Sól: 2 g;	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 340g, W tym cukry: 41 g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3 g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, S02-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

15. 08.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄLKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: Jogurt naturalny 120g. (MLE)	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g(MLE)						
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 40 g Kielbasa krakowska 50 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tł. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 4 g;	Wartość energetyczna 2427 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 68g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 371g, W tym cukry: 25 g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5 g	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 4 g;	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 90g, Tłuszcz 58g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 338g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 25g bi 12g, Sól: 4 g

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

15. 08.2025 piątek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA ŁATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Ryż na ml. 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 20g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 200 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 5 g (MLE,) Twarożek z owocami 15g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 15 g Pomidor bez skórki 50 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Płatki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor bez skórki 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml (SOJ, MLE,) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet pieczony z mintaja 100 g (RYB,) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 200 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet duszony z mintaja 60 g (RYB,) Sos pietruszkowy 20 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew na ciepło 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Kotlet duszony z mintaja 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE,) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kiełbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb bezglutenowy 90g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kiełbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Kiełbasa krakowska 30 g (SOJ) Sałata liść 10 g Pomidor bez skórki 50g chleb pszenny 45g(GLU) masło extra 5 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Kiełbasa krakowska 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor bez skórki 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Sól: 5 g;	Wartość energetyczna 1035 kcal Białko ogółem 42g, Tłuszcz 23g Kw. tł. nasy.:4 g, Węglowodany ogółem 165g, W tym cukry: 23g, Błonnik pokarmowy 11g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tł. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g, W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Sól: 4 g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

16. 08.2025 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Banan 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb razowy 90 g (GLU,) Masło 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250ml Śliwka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45g(GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 40g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 1 szt.	Kasza jaglana na wodzie 300 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 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% 100ml (MLE)
OBIAD	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml PODWIECZOREK: kefir 150g (MLE)	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
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 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 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	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Waflę ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2088kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2380 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g, Kw. tł. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem 376g, W tym cukry: 28g, Błonnik pokarmowy 36g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2088kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 376g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. tł. nasy.: 9 g., Węglowodany ogółem: 185g W tym cukry: 28g, Bł: 18g, Sól: 3g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

16. 08.2025 sobota	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g Masło 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 20g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Śliwka 1 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 200 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 5 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Banan 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE,) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Banan 1/2 szt.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa ryżowa 300 ml (SOJ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ,) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z ogórków kiszonych 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 200 ml (GLU, SOJ) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew gotowana 100 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOJ) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g (MLE)			
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g 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 30 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 5 g (MLE) Wędlina wieprzowa 15 g Dżem owocowy 25g Pomidor bez skórki 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Pomidor bez skórki 50g Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 64g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 396g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1132 kcal Białko ogółem 37g, Tłuszcz 27g Kw. tł. nasy.: 5 g, Węglowodany ogółem 193g, W tym cukry: 29g, Błonnik pokarmowy 15g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2088kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 3g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, S02-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

17. 08.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Bułka pszenna 100g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g 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. 300 ml (GLU, MLE,) Chleb razowy 90 g (GLU,) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml Banan 50g.	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pasta mięsna z marchewką 40 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g.	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb razowy 45 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
OBIAD	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU,) Sos jarzynowy 50g(GLU, SEL) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Masłanka 150ml (MLE)</u>	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU,) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, SO2,) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU,) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Małanka 150ml (MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotow. 50g Serek topiony 25 g (MLE,) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Pierś z indyka gotowana 50 g Serek topiony 25 g (MLE,) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Sałata 10g Pomidor 90g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Serek topiony 25 g (MLE) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 50 g Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
DP	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 76g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 333g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2033 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 50g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 313g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2408 kcal Białko ogółem 95g, Tłuszcz 63g, Kw. tł. nasy.: 10 g Węglowodany ogółem 379g, W tym cukry: 29g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2033 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 50g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 313g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 323g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 76g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 333g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g ,Tłuszcz: 74g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 29g Błonnik pokarmowy 14g, Sól: 4g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

17. 08.2025 niedziela	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA ŁATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 50 g Papryka czerwona 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Pasta mięsna z marchewką 20 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. 200 ml (MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 15 g Pasta mięsna z marchewką 15 g Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g Masło 82% 5 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor bez skórki 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (SOJ, MLE, SO2,) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g (SEL) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU,) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g(JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 200 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Duszony pulpecik z kurczaka 50 g (GLU,) Sos jarzynowy 20 g (GLU, SEL) Ryż biały 100 g Mieszanka warzyw królewska 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2,) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU,) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
PODW. rehabilitacja	Maślanka 150ml (MLE)			
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Pierś z indyka gotowana 50 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 30 g Serek topiony 25 g (MLE) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) Pierś z indyka gotowana 30 g Sałata 10g Pomidor bez skórki 50g Masło 82% 5 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Sałata 10g Pomidor bez skórki 90g Masło 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Sok owocowy 1 szt.	Budyń waniliowy 200ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 76g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 333g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2134 kcal Białko ogółem 66g, Tłuszcz 54g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 343g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1033 kcal Białko ogółem 36g, Tłuszcz 25g Kw. tł. nasy.:5 g, Węglowodany ogółem 165g, W tym cukry: 22g, Błonnik pokarmowy 12g, Sól:2g;	Wartość energetyczna 2033 kcal Białko ogółem 71g, Tłuszcz 50g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 313g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 22g, Sól: 4g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

18. 08.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWY PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Chleb razowy 90 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE) Sałatka z buraczka z ziołami 100g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 40 g Twarożek z ziarnami 40 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Płatki owsiane 300ml na wodzie (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 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 pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLUSEL) Kasza jęczmienna 170g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR, SO2) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU,) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU,) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml.	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Jogurt naturalny 150g (MLE)						
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU, SOJ, MLE*, SEL* ,GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Sałata 10g masło extra 10g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 50 g Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100 g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość en.: 2025kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2319 kcal Białko ogółem 92g, Tłuszcz 54g, Węglowodany ogółem 354g, W tym cukry: 29g, Błonnik pokarmowy 35g, Sól: 5g;	Wartość en.: 2025kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g;	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 350g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 13g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

18. 08.2025 poniedziałek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki ryżowe 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 20 g Twarożek z ziarnami 20 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 200 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 50 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 15 g Twarożek z koperkiem 15 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 50 g masło extra 5 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 50g.	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kielbasa szynkowa wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300 ml (JAJ, SOJ, MLE,) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (SEL) Ryż biały 170 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU,) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2,) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 100g (GLU, SEL) Ryż biały 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryż biały 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ser żółty 20 g (MLE,) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor bez skórki 70g, Sałata 10g masło extra 5 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor bez skórki 100g, Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2223 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 2223 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 370g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g, Sól: 5g;	Wartość en.: 1012kcal Białko ogółem 33g, Tłuszcz 25g Kw. tł. nasy.: 6 g, Węglowodany ogółem 165g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 12g, Sól: 2g;	Wartość en.: 2025kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sól: 4g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

19. 08.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb razowy 45g (GLU,) Chleb pszenny 45 g (GLU,) masło extra 10 g (MLE,) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) chleb razowy 45g (GLU,) masło extra 10 g (MLE,) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) chleb razowy 45g (GLU,) Chleb pszenny 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 50 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ryżowa na mleku roślinnym 300 ml chleb razowy 45g (GLU,) Chleb pszenny 45g (GLU) masło roślinne 10 g Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
OBIAD	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Banan 150g	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml <u>PODWIECZOREK: maślanka 150ml(MLE)</u>	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Budyń waniliowy 300ml (MLE)						
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) szynkowa wieprzowa 40 g pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU,) masło extra 10 g (MLE,) szynkowa wieprzowa 40 g pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10 g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) szynkowa wieprzowa 60 g 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	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane 40g	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2018kcal Białko ogółem 61g, Tuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 11g, Węglowodany ogółem 318g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2289 kcal Białko ogółem 91g, Tuszcz 64g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 356g W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 32g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2018kcal Białko ogółem 61g, Tuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 11g, Węglowodany ogółem 318g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g;	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 87g, Tuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 324g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tuszcz: 74g Kw. tł. nasy.: 11 g., Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 35g, Błonnik pokarmowy 16g, Sól: 4g;

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

19. 08.2025 wtorek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA ŁATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 90g masło extra 10 g (MLE,) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) chleb razowy 45g (GLU,) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 20 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. ryżowa 200 ml (MLE,) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 5 g (MLE) Jaja kl. M 1/2 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 10 g Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. ryżowa 300 ml (MLE,) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pomidor bez skórki 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa marchewkowa 300 ml (SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 200 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 70 g Ziemniaki 100 g Buraczki gotowane 100 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE,) Pałka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy z/c 250ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g masło extra 10 g (MLE,) szynkowa wieprzowa 40 g pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SO) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) szynkowa wieprzowa 20 g pasztet drobiowy 30g (JAJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45g (GLU) masło extra 5g (MLE) szynkowa wieprzowa 30 g Sałatka jarzynowa 50 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10g (MLE) szynkowa wieprzowa 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, S, G, SO,) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Chrupki kukurydziane 40g	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 77g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 334g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 67g, Tłuszcz 57g Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 344g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Sól: 5g;	Wartość energetyczna 1018kcal Białko ogółem 31g, Tłuszcz 25g Kw. tł. nasy.: 6g, Węglowodany ogółem 160g, W tym cukry: 25g, Błonnik pokarmowy 11g, Sól: 2g;	Wartość energetyczna 2018kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 45g Kw. tł. nasy.: 11g, Węglowodany ogółem 318g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 21g, Sól: 3g;

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

20.08.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Pasztet 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 (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) chleb razowy 90g g (GLU,) masło extra 10 g (MLE,) Szynka wieprzowa gotowana 30g Pasztet drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Banan 50g	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kluski lane na mleku 300ml (<u>GLU, MLE</u>) Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU) masło extra 10 g (MLE,) Pasztet 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 (<u>GLU</u>) Chleb pszenny 45 g (GLU,) chleb razowy 45g g (GLU,) masło roślinne 10 g Pasztet 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)(<u>MLE</u>), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(<u>JAJ</u>), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(<u>MLE</u>)
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(<u>MLE</u>), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy b/c 150ml <u>PODWIECZOREK: Kefir (150g)(MLE)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(<u>SEL</u>), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(<u>GLU</u>), śmietana 18% (20g)(<u>MLE</u>), 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) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU,) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU,) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 60 g (SOJ) Ser żółty (30g)(MLE) Rzodkiewka 90g Sałata 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) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(<u>SEL</u>), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(<u>GLU</u>), oliwa (5g), masło (5g)(<u>MLE</u>), 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 2364 kcal Białko ogółem 102g, 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,

JADŁOSPIS 11.08-20.08.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

20.08.2025 środa	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA ŁATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA ŁATWOSTRAWNA
ŚNIADANIE	Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>) Chleb bezglutenowy 90g masło extra 10 g (MLE,) Pasztecik 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 (<i>GLU, MLE</i>) Chleb pszenny 45g (GLU) chleb razowy 45g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Kluski lane na mleku 200ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 5 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 15 g Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 50g.	Kluski lane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor bez skórki 90g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.
II ŚNIADANIE				
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300 ml (JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Colesław 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 80g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew na ciepło 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml
PODW. rehabilitacja				
KOLACJA	Chleb bezglutenowy 90g Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty (20g)(MLE) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE,) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 40 g (SOJ) Rzodkiewka 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g (GLU) Krakowska wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor bez skórki 50g Sałata 10g masło extra 5 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Pomidor bez skórki 90g Sałata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml
DP	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 67g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2164 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 67g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Energia- 1046 kcal, białko: 31g, tłuszcz: 36g, węglowodany: 161g	Wartość energetyczna 2153kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 21g,

Alergeny: GLU- zboża zawierające gluten, SKO- skorupiaki, JAJ-jaja, RYB-ryby, ORZ-orzeszki ziemne, SOJ- ziarna soi, MLE- mleko i produkty mleczne, ORZ-orzechy z orzechów laskowych, SEL- seler, GOR- gorczyca, SEZ- sezam, S02-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów