

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWOWĘGLOWODANÓW	DIETA PAKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
31.08.2025 niedziela	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banana 50g	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE, ) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g	Platki jaglane na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banana 50g	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banana 50g	Platki jaglane na ml. 350 ml (MLE, ) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banana 50g	Platki jaglane na mleku roślinnym. 350 ml chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pomidor 100 g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banana 50g	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza mannna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
ŚNIADANIE							
II ŚNIADANIE							
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL ) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Jabłko 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL ) Duszone pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL ) Duszone pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL ) Duszone pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL ) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL ) Pulpety wieprzowe 100g (2 szt. po 50g) (JAJ, GLU ) Sos koperkowy 50 g (GLU ) Kasza gryczana 170 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzaniem 150 g (SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
PODW. rehabilitacja							
KOLACJA	Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Pomidor 90g Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wedlina 30g i salata (5g) (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90 g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90 g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Pomidor 90g Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Papryka czerwona 90g Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Jajka 1 szt. kl. M Pasta warzywna 40g(SEL) Papryka czerwona 90g Salata liść 10 g (MLE) Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g) (SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza mannna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g) (MLE), cukier (10g)
DP	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy. 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 59g, Tłuszcz 43g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 362g, W tym cukry: 40 g, Błonnik pokarmowy 23, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna 2267 kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem 398g, W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 32g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 11 g, Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 30 g, Błonnik pokarmowy 16g, Soli: 4 g.

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

lic. Daniela Kowalik  
DIEJETYK  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wodzisławska 2  
Nr. Rej. 00000002046  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 40 55  
Regon 00094464 NIP 598-16-56-55

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

01.09.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSYWAJĄCYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA (bez mietecznaka)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU, ) Chleb razowy 45g (GLU, ) 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.	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 90g (GLU, ) 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 Śliwka 1 szt.	Platki jaglane na mleku 300 ml (MLE, ) Chleb razowy 90g (GLU, ) 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 Śliwka 1 szt.	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 45g (GLU, ) Chleb razowy 45g (GLU, ) Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Papryka 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250ml	Platki kukurydziane na mleku roślinnym 300 ml Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU, ) Chleb razowy 45g (GLU) Pasta z tuńczyka z twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Twarogiem 30 g (RYB, MLE, ) Ogórek zielony 50 g Papryka 50g Masło roślinne 10g Herbata czarna z/c 250 ml Śliwka 1 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g) (GLU), Cukier (10g), Jajko 1 szt, kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE	Zupa Barszcz czerwony zabieliany 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g (JAJ, MLE) Mieszanka warzyw królewska 150g Kompot wielooowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa Barszcz czerwony zabieliany 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g (JAJ, MLE) Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryz brązowy 170 g (GLU, SEL) Surówka z białej kapusty 150g (JAJ, MLE) Kompot wielooowocowy b/c 250 ml <b>PODWIECZOREK: Masłianka 150ml (MLE)</b>	Zupa Barszcz czerwony zabieliany 300 ml (GLU, SOJ, MLE, SO2, ) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Duszony pulpecik z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50 g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g (JAJ, MLE) Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieliany 300 ml (GLU, SOJ, SO2, ) Kotlet pieczony z kurczaka 100 g (GLU, ) Sos jarzynowy 50 g (GLU, ) Ryz biały 170 g (JAJ, MLE) Surówka z białej kapusty 150g (JAJ, MLE) Kompot wielooowocowy z/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), sełter (15g) (SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g) (GLU), smietana 18% (20g) (MLE), olej (10g), cukier (10g)
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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Sok owocowy 1 szt. Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 78g, Tłuszcz 47g, K.w. tl. nasy. : 9 g, Węglowodany ogółem 359g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli : 5g.	Sok owocowy 1 szt. Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, K.w. tl. nasy. : 9 g, Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli : 5g.	Sok owocowy 1 szt. Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, K.w. tl. nasy. : 9 g, Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli : 5g.	Sok owocowy 1 szt. Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, K.w. tl. nasy. : 9 g, Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli : 5g.	Sok owocowy 1 szt. Wartość energetyczna 2171 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 47g, K.w. tl. nasy. : 9 g, Węglowodany ogółem 349g, W tym cukry: 48g, Błonnik pokarmowy 31g, Soli : 5g.	Sok owocowy 150ml Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 95g, Tłuszcz: 73g, K.w. tl. nasy.: 9 g Węglowodany ogółem: 185g, W tym cukry: 38g, Błonnik pokarmowy 15g, Soli: 5g.
Wartość odżywcza						

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4

Nr. Rej. 000000002858

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

Regon 000584484 NIP 538-15-64-957

lic. Dapież Kowalik

DIETETYK

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

	LATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW		LATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW		(bezmleczna)		
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 gotowane 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 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%tł) (MLE) Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka gotowana 100g	Zupa ml. Płatki owsiane 300 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 roślinne 10g Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka gotowana 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) jajka 30g (JAJ)	Serek wamiliowy 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 wielooowocowy 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 wielooowocowy 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 wielooowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)	PODWIECZOREK: Masłianka 150g (MLE)		
PODW. rehabilitacja	Maślanka 150 ml (MLE)						
KOLACJA	Bułka pszenna 50 g (GLU ) Chleb razowy 50 g (GLU, ) Szynekowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 100g (GLU) Szynekowa drobiowa 50g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU, ) Szynekowa drobiowa 50 g Jajko 1 szt. kl. M Pomidor 90 g Salata 10g Masło 10g (82%tł) (MLE)	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)			
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml			
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 9g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 29g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g	Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 42g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 366g, W tym cukry 25g, Błonnik pokarmowy 34g, Soli 5g	Wartość energetyczna 2246 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 370g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g	Wartość energetyczna 1809 kcal Białko ogółem 9g, Tłuszcz 73g, Kw. tł. nasy. 9 g Węglowodany ogółem 380g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g			



Ic. Daria Kowalik  
DIETETYK

DZIECI POWYZEJ 3-let DIETA  
LATWO PRZYSWAJALNY PUBLICZNY ZAKŁAD CHOROBY  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wiatrowska 2  
Nr. Rej. 00000002056  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000554494 NIP 538-15-94-257

DZIECI 1-3 LAT DIETA  
LATWOSTRAWNA

DIETA NISKOBIAŁKOWA

DIETA ELIMINACYJNA  
(bezglutenowa)

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

środa	LATWOSTRAWNA	LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	BOGATO BIAŁKOWA	(bezmleczna)	
ŚNIADANIE	Ryz na ml. 350 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50 g	Ryz na ml. 350 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Ryz na ml. 350 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 40 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 50g.	Bulion warzywny z ryżem 350ml 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 50g	Mleko 2% (300g) (MLE), ryż biały (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 kalafiorowa 300ml (SEL) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Banan 150g	Zupa kalafiorowa 300ml (SEL) Palka z kurczaka 120 g Ryż brązowy 170g Surówka wielowarzynna 150g (JAJ) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Masłanka 150ml (MLE)</u>	Zupa kalafiorowa 300ml (SEL) Gotowany ryż biały 250g Jabłko prażone 100g Sos jogurtowy 120g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa 300ml (SEL) Palka z kurczaka 120 g Ryż biały 170g Surówka wielowarzynna 150g (JAJ) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g) (SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g) (GLU), śmietana 18% (20g) (MLE), olej (10g), cukier (10g)
PODW. rehabilitacja	Masłanka 150ml (MLE)				
KOLACJA	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Piersz z indyka gotow. 50g Serek topiony 25 g (MLE, ) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml <u>II kolacja:</u> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (5g) (GLU, SOL, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Piersz z indyka gotowana 50 g Serek topiony 25 g (MLE, ) Ogórek zielony 50 g Pomidor 90g 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 sałatką (5g) (GLU, SOL, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Piersz z indyka gotowana 70 g Serek topiony 25 g (MLE) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Piersz z indyka gotowana 50 g Ogórek zielony 50 g Pomidor 50g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g) (SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g) (MLE), cukier (10g)
DP	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	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, Soli: 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, Soli: 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, Soli: 5 g.	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, Soli: 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, Soli: 3 g.

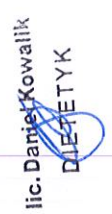


**lic. Diapet Kowalik**  
**DIAPETETYK**  
**SPÓŁNOŚCIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ**  
**w MIĘDZYRZECU PODLASKIM**  
 21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-  
 Nr. Rej. 00000002958  
 tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
 Regon 000554494 NIP 538-15-64-757

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA	
04. 09.2025 czwartek	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 40 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 350 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)	
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 40 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 350 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)	
II ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 40 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 350 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
OBIAD	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna b/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Jabłko gotowane 100g	Zupa ml. Kasza jaglana 350 ml (MLE, ) Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 40 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Kasza jaglana na wodzie 350 ml Chleb razowy 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Pomidor 100g Salata 10g Herbata czarna z/c 250ml Pomarańcza 1/2 szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza miana (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g (MLE)	Kefir naturalny 150g (MLE)	Kefir naturalny 150g (MLE)	Kefir naturalny 150g (MLE)	Kefir naturalny 150g (MLE)	Kefir naturalny 150g (MLE)	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 pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 70 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (5g) (GLU, SOI, MLE*, SEF* 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 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza miana 40g (GLU), suchiarek 10g (GLU)	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza miana 40g (GLU), suchiarek 10g (GLU)
DP	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Budyń czekoladowy b/c 150g (MLE)	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Budyń czekoladowy 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 374g. W tym cukry: 41 g. Blonnik pokarmowy 30g, Sol: 5g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 348g. W tym cukry: 41 g. Blonnik pokarmowy 21g, Sol: 5g.	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g Kw. tl. nasy.: 11 g. Węglowodany ogółem 374g. W tym cukry: 34 g. Blonnik pokarmowy 38g, Sol: 5 g.	Wartość energetyczna 2039 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 374g. W tym cukry: 41 g. Blonnik pokarmowy 30g, Sol: 5 g.	Wartość energetyczna 2349 kcal Białko ogółem 107g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 9 g. Węglowodany ogółem 374g. W tym cukry: 41 g. Blonnik pokarmowy 30g, Sol: 5 g.	Wartość energetyczna 2249 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g Kw. tl. nasy.: 12 g. Węglowodany ogółem 385g. W tym cukry: 48 g. Blonnik pokarmowy 18g, Sol: 5 g.	Wartość energetyczna 1809 kcal Białko ogółem 93g, Tłuszcz 73g Kw. tl. nasy.: 12 g. Węglowodany ogółem 385g. W tym cukry: 48 g. Blonnik pokarmowy 18g, Sol: 5 g.	

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wąrszewska 2  
Nt. Rej. 00000002950  
Regon: 000994484 NIP: 538-15-64-357  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55



lic. Danieł Kowalik  
DIETYETYK

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

05. 09.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄLKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Placki 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 wędzona gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Placki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wędzona gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Placki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb razowy 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wędzona gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko 100g	Zupa ml. Placki owsiane na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Twarożek z owocami 30g(MLE) Szynka wędzona gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Zupa ml. Placki 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 wędzona gotowana 30 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g	Placki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wędzona 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 (JA), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa 300 ml (GLU, SOJ, MLE, ) Kotlet pieczony z mintaja 100 (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 Surówka z pomidorów 150 g (MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(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 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 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	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g(MLE)						
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kiełbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Kiełbasa 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 Kiełbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb pszenny 90 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml	Kiełbasa 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 Kiełbasa krakowska 50 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kiełbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g. W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g. W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna 2427 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 68g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 371g. W tym cukry: 25 g, Błonnik pokarmowy 35g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g Kw. tl. nasy.: 8 g, Węglowodany ogółem 331g. W tym cukry: 43g, Błonnik pokarmowy 19g, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 342g. W tym cukry: 45 g, Błonnik pokarmowy 28g, Soli: 5 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 185g. W tym cukry: 25g, Soli: 4 g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Kw. tl. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 185g. W tym cukry: 25g, Soli: 4 g.

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
 ul. Dąbki 2-1  
 21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-1  
 Nr. Rej. 00000002958  
 tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 35  
 Regon 000584484 NIP 638-150-04-37

lic. Daptek Kowalik  
 DIETETYK

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSYWAJĄCYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA	
06. 09.2025 sobota	<p>Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, )</p> <p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Ser żółty 30 g (MLE, )</p> <p>Szynkowa wieprzowa 30 g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p> <p>Sliwka 1 szt.</p>	<p>Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, )</p> <p>Chleb pszenny 90g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Szynkowa wieprzowa 60 g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p> <p>Banan 1/2 szt.</p>	<p>Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, )</p> <p>Chleb razowy 90 g (GLU, )</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Ser żółty 30 g (MLE, )</p> <p>Szynkowa wieprzowa 30 g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Herbata czarna b/c 250ml</p> <p>Sliwka 1 szt.</p>	<p>Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, )</p> <p>Chleb pszenny 90g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p> <p><b>PODWIECZOREK: kefir 150g (MLE)</b></p>	<p>Kasza jaglana na wodzie 300 ml</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Szynkowa wieprzowa 60 g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p> <p>Sliwka 1 szt.</p>	<p>Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g) (GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)</p>
II ŚNIADANIE	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Kasza jaglana na wodzie 300 ml</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Szynkowa wieprzowa 60 g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Salata 10g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p> <p>Sliwka 1 szt.</p>	<p>Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)</p>
OBIAD	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p> <p>Jabłko 150g</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Kasza grysikowa 300 ml (GLU, SOI, )</p> <p>Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 170 g</p> <p>Surówka z ogórków 150 g (MLE)</p> <p>Marchew gotowana 150 g (GLU, )</p> <p>Kompot wieloowocowy z/c 250ml</p>	<p>Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)</p>
PODŁ. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g (MLE)							
KOLACJA	<p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb pszenny 90g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE)</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb pszenny 90g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Wędlina wieprzowa 70 g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna b/c 250 ml</p> <p><b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (5g) (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE)</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Masło 82% 10 g (MLE, )</p> <p>Wędlina wieprzowa 70 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p>	<p>Chleb pszenny 45g (GLU)</p> <p>Chleb razowy 45g (GLU)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Wędlina wieprzowa 50 g</p> <p>Dżem owocowy 25g</p> <p>Ogórek 50g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Herbata czarna z/c 250ml</p>	<p>Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)</p>
DP	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150ml	Sok owocowy 150ml	
Wartość odżywcza	<p>Wartość energetyczna 2264 kcal</p> <p>Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sol: 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2088kcal</p> <p>Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sol: 3g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2380 kcal</p> <p>Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g, Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 376g, W tym cukry: 28g, Błonnik pokarmowy 36g, Sol: 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2088kcal</p> <p>Białko ogółem 77g, Tłuszcz 52g Kw. tł. nasy.: 10 g, Węglowodany ogółem 328g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 22g, Sol: 3g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2264 kcal</p> <p>Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sol: 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2264 kcal</p> <p>Białko ogółem 84g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sol: 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2264 kcal</p> <p>Białko ogółem 74g, Tłuszcz 47g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem 386g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 29g, Sol: 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1809 kcal</p> <p>Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. tł. nasy.: 9 g, Węglowodany ogółem: 185g W tym cukry: 28g, Bł: 18g, Sol: 3g.</p>

SPRACOWANIE PUBLICZNEJ ZAKŁADNIKI WĘGLOWODANOWEJ

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2

Nr. Rej. 00000002958

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 93 55

Regon: 000584484 NIP 538-15-94-357

lic. Dapieżkowatki  
DIETETY

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

07. 09.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIĄKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Polędwica wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE, ) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Polędwica wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarancza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb razowy 90 g (GLU) Polędwica wieprzowa 30 g Twarożek z ziarnami 30 g (MLE) Salatka z buraczka z ziołami 100g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarancza ½ szt.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Polędwica wieprzowa 30 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, ) Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Płatki owsiane 350 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Polędwica wieprzowa 40 g Twarożek z ziarnami 40 g (MLE, ) Salatka z buraczka z ziołami 100 g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza ½ szt.	Płatki owsiane 350ml na wodzie (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Polędwica wieprzowa 60 g Salatka z buraczka z ziołami 100 g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza ½ szt.	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
II ŚNIADANIE	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 150 g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE) Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pehnoziarnisty 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <b>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)</b>	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (SEL) Makaron pszenny 170g (GLU, JAJ) Sos bolognese 150g (GLU, MLE) Surówka z białej kapusty 150 g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)	Serek wamiłowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
PODW. rehabilitacja	Jogurt naturalny 150g (MLE)						
KOLAACJA	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40 g (SOJ) Salata 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) Salata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Salata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g (GLU) Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Kielbasa krakowska 70 g (SOJ) Salata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 40 g Kielbasa krakowska 50 g (SOJ) Salata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Salata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 45 g (GLU) chleb pszenny 45 g (GLU) masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mleko 2%/450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150 ml
Wartość odżywcza	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy. 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g.	Wartość energetyczna 2024kcal Białko ogółem 73g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy. 12 g, Węglowodany ogółem 353g, W tym cukry: 49g.	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 93g, Tłuszcz 74g Kw. tł. nasy. 10 g, Węglowodany ogółem 355g, W tym cukry: 39g, Błonnik pokarmowy 35g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2024kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 63g Kw. tł. nasy. 9 g, Węglowodany ogółem 363g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 35g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy. 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 31g.	Wartość energetyczna 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g Kw. tł. nasy: 12 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 40g, Błonnik	Wartość energetyczna 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g Kw. tł. nasy: 12 g, Węglowodany ogółem: 190g, W tym cukry: 40g, Błonnik

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
 lic. Daniel Kowalik  
 DIETETYK  
 21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-  
 Nr. Rej. 00000002950  
 tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
 Regon: 000564484 NIP: 538-15-94-357

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

08. 09.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAŁANYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
ŚNIADANIE	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 45 g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU ) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogorkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90 g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU ) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogorkiem 30 g (MLE, ) Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarancza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90 g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU ) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogorkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml Pomarancza 1/2 szt.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90 g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU ) Dżem owocowy 25g Twarożek z koperkiem i ogorkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko gotowane 100g.	Zupa ml. Kasza manna na ml. 350 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU ) Dżem owocowy 25g Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza 1/2 szt.	Kasza manna na wodzie 350 ml (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Dżem owocowy 25g Pomidor 70 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Pomarancza 1/2 szt.	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g) (MLE)
II ŚNIADANIE	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Jabłko 150g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE) Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLUSEL) Kasza jęczmienna 170g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR, SO2) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <b>PODWIECZOREK:</b> Jogurt naturalny (150g) (MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 200g (GLU, SEL) Ryz biały 170 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 170 g (GLU, ) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ) 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.	Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
PODW. rehabilitacja	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Chleb razowy 45 g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 40 g Ser żółty 30 g (MLE, ) Pomidor 100g, Sałata 10g 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 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 roślinne 10 g 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)	
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 10g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana drobiowa 70 g Pomidor 100g, Sałata 10g masło extra 10g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	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 roślinne 10 g 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	
DP	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	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.	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 92g, Tłuszcz 54g, Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g.	Wartość en.: 2025kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 48g Kw. tł. nasy.: 12 g, Węglowodany ogółem 330g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy 20g, Sol. 5g.	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 350g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 20g.	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 72g, Tłuszcz 55g Kw. tł. nasy.: 13 g, Węglowodany ogółem 360g, W tym cukry: 49g, Błonnik pokarmowy 20g.	Wartość energetyczna 1809 kcal Białko ogółem: 99g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 13g Węglowodany ogółem: 185g.	Wartość energetyczna 1809 kcal Białko ogółem: 99g, Tłuszcz: 73g, Kw. tł. nasy.: 13g Węglowodany ogółem: 185g.

SPRACZONY PUBLICZNIE  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wąsawska 2-  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584484 NIP 538-15-04-357



Ic. Danief Kowalik  
DIETETYK

JADŁOSPIS 31.08-09.09.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

09. 09.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁĄTWO PRZEJAWALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ELIMINACYJNA (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<p><b>ŚNIADANIE</b></p> <p>Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45 g (GLU, ) Chleb razowy 45g g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g</p>	<p>Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 90 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 350ml (GLU, MLE) Chleb razowy 90g g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Szynka wieprzowa gotowana 30g Paszet drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Jabłko gotowane 100g</p>	<p>Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 90 g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Pomidor 90g Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g</p>	<p>Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) 45g g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Paszet drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g</p>	<p>Makaron na mleku roślinnym 350ml (GLU) Chleb pszenny 45 g (GLU) chleb razowy 45g g (GLU) masło roślinne 10 g Paszet drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Banan 50g</p>	<p>Mleko 2% (300g) (MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)</p>	
<b>II ŚNIADANIE</b>			<p>Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)</p>				<p>Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g).</p>
<b>OBIAD</b>	<p>Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryż biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250ml Jabłko 150g</p>	<p>Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryż biały 170 g Buraczki na ciepło 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wielooowocowy b/c 150ml <b>PODWIECZOREK:</b> Kefir (150g) (MLE)</p>	<p>Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ryż biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250ml</p>	<p>Zupa koperkowa 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU) Ryż biały 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wielooowocowy z/c 250ml</p>	<p>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)</p>	
<b>PODW. rehabilitacja</b>	<p>Masłanka 150ml(MLE)</p>						
<b>KOLACJA</b>	<p>Chleb razowy 45 g (GLU, ) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ogórek 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ogórek 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy 90 g (GLU, ) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Ser żółty (20g)(MLE) Herbata czarna b/c 250 ml. <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wedlina 30g i salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)</p>	<p>bułka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ) Ogórek 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy 45 g (GLU, ) bułka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 70 g (SOJ) Ogórek 90g Salata 10g masło roślinne 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml</p>	<p>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)</p>	
<b>DP</b>	<p>Sok owocowy I szkl.</p>	<p>Sok owocowy I szkl.</p>	<p>Sok pomidorowy I szkl.</p>	<p>Sok owocowy I szkl.</p>	<p>Sok owocowy I szkl.</p>	<p>Sok owocowy 150ml</p>	
<b>Wartość odżywcza</b>	<p>Wartość energetyczna 2126 kcal Białko ogółem 69g, Tłuszcz 50g, Kw. ti. nasy.: 9 g Węglowod. ogółem 380g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 46g, Kw. ti. nasy.: 9 g Węglowod. ogółem 368g, W tym cukry 35g, Błonnik pokarmowy 34g, Soli 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2183 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 58g, Kw. ti. nasy.: 9 g Węglowod. ogółem 366g, W tym cukry 35g, Błonnik pokarmowy 34g, Soli 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2075 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 46g, Kw. ti. nasy.: 9 g Węglowod. ogółem 368g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna 2526 kcal Białko ogółem 104g, Tłuszcz 56g, Kw. ti. nasy.: 9 g Węglowod. ogółem 417g, W tym cukry 45g, Błonnik pokarmowy 29g, Soli 5g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g Kw. ti. nasy.: 12 g, Węglowod. ogółem: 185g, W tym cukry: 45g, Błonnik pokarmowy: 18g, Soli: 4g.</p>	

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ**  
**W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**  
 21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Wajszawska 2-4  
 Nr. Rej. 000000002958  
 tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
 Region 00058484 NIP 538-15-94-357

**lic. Dąbry-Kowalik**  
**DIETETYK**