

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

31.10.2025 piątek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ubogoresztkowa/ biegunkowa (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 Jabłko 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 Jabłko pieczone 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 Brzoskwinia 1 szt	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 Jabłko pieczone 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 Jabłko 50g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU) chleb pszenny 90 g (GLU) masło roślinne 10 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pomidor 100 g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko pieczone 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	Kapuśniak z pomidorami 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy b/c 250ml <b>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny 120g. (MLE)</b>	Kapuśniak z pomidorami 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE, ) Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Kapuśniak z pomidorami 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa na wywarze 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
PODW. rehabilitacja	Kefir naturalny 150g(MLE)						
KOLACJA	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40 g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g Chleb pszenny 45 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Szynka drobiowa 70 g (SOJ) Sałata liść 35 g Pomidor 65g chleb pszenny 90g(GLU) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Pasta hummus 30 g Kielbasa krakowska 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb razowy 90 g (GLU ) masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i 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 Szynka drobiowa 40g (SOJ) Sałata liść 35 g Papryka czerwona 65g chleb pszenny 90 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 2271 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 368g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2224kcal Białko ogółem 57g, Tłuszcz 63g, Węglowodany ogółem 351g, Błonnik pokarmowy 21g,	Wartość energetyczna 2427 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 68g, Węglowodany ogółem 371g, Błonnik pokarmowy 35g,	Wartość energetyczna 2229kcal Białko ogółem 56g, Tłuszcz 64g, Węglowodany ogółem 351g, Błonnik pokarmowy 21g,	Wartość energetyczna 2379 kcal Białko ogółem 104g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 369g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2271 kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 370g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Węglowodany ogółem: 185g, bł 18g,

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna

SDA MED

ul. Wallenroda 2F/1 20-607 Lublin

NIP: 7772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

31.10.2025 piątek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Ryz 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 Jabłko 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 Jabłko pieczone 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 Jabłko pieczone 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 Jabłko pieczone 50g
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Kapuśniak z pomidorami 300 ml (SEL) Kopytka bezglutenowe Sos pieczarkowy 50 g (MLE, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Kapuśniak z pomidorami 300 ml (SEL) Kopytka 300g (GLU) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE, ) Surówka z marchwi z chrzanem 150 g (MLE,SO2) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa 200 ml (SEL) Kopytka 160g (GLU) Sos pietruszkowy 20 g (GLU, MLE) Marchew na ciepło 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa zacierkowa 300 ml (SEL) Kopytka 270 g (GLU) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE, ) Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>				
<b>KOLACJA</b>	Pasta hummus 30 g Kielbasa 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 Kielbasa 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	Szynka drobiowa 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	Szynka drobiowa 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
<b>DP</b>	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Sok owocowy 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2271 kcal Białko ogółem 87g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 369g, Błonnik pokarmowy 31g.	Wartość energetyczna 2179 kcal Białko ogółem 63g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 370g, Błonnik pokarmowy 31g.	Energia- 1064 kcal, białko: 31g, tłuszcz: 38g, węglowodany: 147g	Wartość energetyczna 2224kcal Białko ogółem 57g, Tłuszcz 63g, Węglowodany ogółem 351g, 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, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- męczaki, [\*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
**SDA MED**  
ul. Wallenroda 2F 1, 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

01.11.2025 sobota	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ubogoresz(kowa/ biegunkowa (bezmleczna)	DIETA PŁYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Gruszka 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 Wafel ryżowy 100g	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 Gruszka 50g	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, MLE, ) Chleb pszenny 90 g (GLU ) Pierś z indyka gotowana 30 g Twarożek z koperkiem i ogórkiem 30 g (MLE, ) Pomidor 70 g Masło 82% 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml Wafel ryżowy 100g	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 Gruszka 50g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU) Bułka pszenna 45g (GLU) Chleb pszenny 45 (GLU) Pierś z indyka gotowana 60 g Pomidor 70 g Masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml Wafel ryżowy 100g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Brzoskwinia 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryz biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g ( MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <b>PODWIECZOREK:</b> jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryz biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem na wywarze 300 ml (GLU, JAJ, SEL) 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)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb pszenny 45 g (GLU ) Chleb razowy 45 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Pomidor 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU) Szynka gotowana wieprzowa 30 g Pasta mięsna z warzywami 40g (SEL, ) Papryka czerwona 90g Sałata liść 10 g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (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 pszenny 90g (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)
<b>DP</b>	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2179 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g, Węglowodany ogółem 343g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2026 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g, Węglowodany ogółem 332g, Błonnik pokarmowy 31g	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 99g, Tłuszcz 64g, Węglowodany ogółem 374g, Błonnik pokarmowy 38g,	Wartość energetyczna 2026 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g, Węglowodany ogółem 332g, Błonnik pokarmowy 31g	Wartość energetyczna 2259 kcal Białko ogółem 106g, Tłuszcz 58g, Węglowodany ogółem 343g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2179 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g, Węglowodany ogółem 343g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Węglowodany ogółem: 190g, Błonnik pokarmowy: 18g

Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenroda 2/11, 20-607 Lublin  
NIP: 0772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

01.11.2025 sobota	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Gruszka 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 Gruszka 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 Wafel ryżowy 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 Wafel ryżowy 100g.
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300 ml (SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (MLE, SEL, ) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 80 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryż biały 100 g Marchew gotowana 100 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos mięsno - jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL, ) Ryż biały 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>				
<b>KOLACJA</b>	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
<b>DP</b>	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2179 kcal Białko ogółem 86g, Tłuszcz 58g, Węglowodany ogółem 343g, Błonnik pokarmowy 31g.	Wartość energetyczna 2079 kcal Białko ogółem 61g, Tłuszcz 58g, Węglowodany ogółem 343g, Błonnik pokarmowy 31g.	Energia- 1047 kcal, białko: 30g, tłuszcz: 37g, węglowodany: 146g	Wartość energetyczna 2026 kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 46g, Węglowodany ogółem 332g,

**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

Dietetyk mgr. inż. *Marta Baltaziak*  
Przychodnia Specjalistyczna  
**SDA MED**  
ul. Wallenroda 2F: t. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

02.11.2025 niedziela	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ubogoresztkowa/ biegunkowa (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Kluski lane na mleku 300ml ( <u>GLU, MLE</u> ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) 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 Śliwka 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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 100g	Kluski lane na mleku 300ml ( <u>GLU, MLE</u> ) chleb razowy 90g g (GLU, ) masło extra 10 g (MLE, ) Szynka wieprzowa gotowana 30g Pasztecik drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml Śliwka 1szt	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 Salata 10g Herbata czarna z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 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, ) Pasztecik drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Śliwka 50g	Kluski lane na mleku roślinnym 300ml ( <u>GLU</u> ) Chleb pszenny 90 g (GLU, ) masło roślinne 10 g Pasztecik drobiowy 30 g (GOR, JAJ, SOJ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 100g	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) jaja 30g (JAJ)				Mleko 2% tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g)
<b>OBIAŁ</b>	Barszcz ukraiński 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml Nektarynka 1 szt.	Zupa ryżowa 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa z ryżem brązowym 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 150ml <u>PODWIECZOREK: Kefir (150g)(MLE)</u>	Barszcz ukraiński 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Barszcz ukraiński 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 50 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Mięso kurczaka (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (50g), kasza jęczmienna (40g)(GLU), śmietana 18% (20g)(MLE), olej (10g)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Maślanka 150ml(MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb razowy 45 g (GLU) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ ) Ser żółty (20g)(MLE) Rzodkiewka 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	bulka pszenna 100g (GLU) Szynka drobiowa 50 g (SOJ ) Pomidor 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90 g (GLU, ) Krakowska wieprzowa 50g (SOJ) Rzodkiewka 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) wędliną 30g i salata (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	bulka pszenna 100g (GLU) Krakowska wieprzowa 50 g (SOJ ) Pomidor 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 45 g (GLU, ) bulka pszenna 50 g (GLU) Krakowska wieprzowa 60 g (SOJ ) Ser żółty (30g)(MLE) Rzodkiewka 90g Salata 10g masło extra 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 45 g (GLU, ) bulka pszenna 45 g (GLU) szynka drobiowa 70 g (SOJ ) Rzodkiewka 90g Salata 10g masło roślinne 10 g Herbata czarna z/c 250 ml	Mięso drobiowe (80g), marchew (40g), pietruszka korzeń (15g), seler (15g)(SEL), ziemniaki (25g), sok pomidorowy (250g), kasza manna (40g)(GLU), oliwa (5g), masło (5g)(MLE), cukier (10g)
<b>DP</b>	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 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 74g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna: 1850kcal Białko ogółem 98g, Tłuszcz 74g, Węglowodany ogółem 190g, Błonnik pokarmowy 19g.

Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenroda 2/1, 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

02.11.2025 niedziela	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Śliwka 50g	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 Śliwka 50g	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 Chrupki kukurydziane 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 Chrupki kukurydziane 100g.
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Barszcz ukraiński 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Barszcz ukraiński 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 200ml (SEL) Gulasz drobiowy 80g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew na ciepło 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa ryżowa 300ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>				
<b>KOLACJA</b>	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
<b>DP</b>	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.	Sok owocowy 1 szt.
<b>Wartość odżywcza</b>	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, SO2-dwutlenek siarki, LUB-lubin, MCK- mięczaki, [\*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
**SDA MED**  
ul. Wallenroda 2/1, 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

03.11.2025 poniedziałek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ubogoresztkowa/ biegunkowa (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Jabłko 1szt	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko pieczone 1 szt	Zupa ml. Planki 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 Jabłko 1szt	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Pasta mięsna z marchewką 30 g Pomidor 100g Salata 10g Masło 82% 10 g (MLE, ) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt	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 jabłko 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Chleb pszenny 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 Jabłko pieczone 1szt	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (15g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (250g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem (30g)(JAJ)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (10g), olej (10g),
<b>OBIAD</b>	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, ) Kasza jęczmienna 170 g Surówka z białej kapusty 150g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Nektarynka 1szt.	Zupa zacierkowa 300ml (GLU, JAJ, SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU)  Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka z białej kapusty 150g (JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml  <b>PODWIECZOREK:</b> Maślanka 150ml (MLE)	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) Kotlet pieczony z kurczaka 150 g (GLU, ) Kasza jęczmienna 170 g Surówka z białej kapusty 150g (JAJ, MLE)  Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, ) Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw królewskich 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)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Maślanka 150ml (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	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 Salata 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 <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (5g) (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR)	Chleb pszenny 90g (GLU) Pierś z indyka gotowana 70 g Salata 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 pszenny 90g (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)
<b>DP</b>	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
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2243 kcal Białko ogółem 89g, Tłuszcz 64g, Węglowodany ogółem 342g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 348g, Błonnik pokarmowy 22g.	Wartość energetyczna 2408 kcal Białko ogółem 95g, Tłuszcz 63g, Węglowodany ogółem 379g, Błonnik pokarmowy 35g.	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 349g, Błonnik pokarmowy 22g.	Wartość energetyczna 2351 kcal Białko ogółem 114g, Tłuszcz 64g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2255 kcal Białko ogółem 90g, Tłuszcz 64g, Węglowodany ogółem 344g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Węglowodany ogółem: 190g, Błonnik pokarmowy 18g.

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
**SDA MED**  
ul. Wallenroda 2F, 1. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

03.11.2025 poniedziałek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIAŁKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Jabłko 1szt	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 Jabłko 1szt	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 Jabłko pieczone 1 szt	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 Jabłko pieczone 1 szt
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Zupa zacierkowa z makaronem bezglutenowym 300ml (SEL) Gulasz wieprzowy bezglutenowy 150 g Sos jarzynowy 50 g (SEL ) Ryż biały 170 g Surówka z białej kapusty 150g( JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, ) Kasza jęczmienna 170 g Surówka z białej kapusty 150g( JAJ, MLE) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 200ml (SEL, GLU, JAJ) Gulasz wieprzowy 70 g (GLU, ) Kasza jęczmienna 100 g Mieszanka warzyw królewska 100 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 300ml (SEL, GLU, JAJ) GULASZ WIEPRZOWY 150 g(GLU) Kasza jęczmienna g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Maślanka 150ml (MLE)			
<b>KOLACJA</b>	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
<b>DP</b>	Budyń waniliowy 300ml (MLE)	Sok owocowy 1 szt.	Budyń waniliowy 200ml (MLE)	Budyń waniliowy 300ml (MLE)
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2251 kcal Białko ogółem 89g. Tłuszcz 64g. Węglowodany ogółem 344g. Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2151 kcal Białko ogółem 60g. Tłuszcz 64g. Węglowodany ogółem 343g. Błonnik pokarmowy 29g.	Energia- 1036 kcal, białko: 32g, tłuszcz: 36g, węglowodany: 162g	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 82g. Tłuszcz 53g. Węglowodany ogółem 348g. Błonnik pokarmowy 22g.

**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-fubin, MCK- mięczaki, [\*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Dietetyk mgr. inż. Marta Bałtaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenrode 2F/1. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

04.11.2025 wtorek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ubogoresztkowa/ bigunkowa (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (MLE, ) Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Ser żółty 30 g (MLE, ) Szynkowa wieprzowa 30 g Pomidor 100g Sałata 10g Herbata czarna z/c 250ml Gruszka 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 Chrupki kukurydziane 100g	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 Gruszka 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 Chrupki kukurydziane 50g	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 Gruszka 1 szt.	Kasza jaglana na wodzie 300 ml Bułka pszenna 45g (GLU) Chleb pszenny 45g (GLU) Masło roślinne 10g Szynkowa wieprzowa 60 g Marchew gotowana 100g Herbata czarna z/c 250ml Chrupki kukurydziane 100g	Mleko 2% (450ml) (MLE), Kasza manna (40g)(GLU), Cukier (10g) Jajko 1 szt. kl. M (JAJ), masło roślinne (15g)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
<b>OBIAD</b>	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g (GLU, ) Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Brzoskwinia 1 szt.	Zupa marchewkowa 300 ml (SEL) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Surówka z marchewki z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml  <b>PODWIECZOREK:</b> kefir 150g (MLE)	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Kefir naturalny 150g (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	Chleb pszenny 45g (GLU) Chleb razowy 45g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb pszenny 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250 ml	Chleb razowy 90g (GLU) Masło 82% 10 g (MLE, ) Wędlina wieprzowa 70 g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna b/c 250 ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i 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) Bułka pszenna 45g (GLU) Masło roślinne 10g Wędlina wieprzowa 50 g Dżem owocowy 25g Ogórek 50g Pomidor 50g Herbata czarna z/c 250ml	Mleko 2% 450ml (MLE) kasza manna 40g (GLU), sucharek 10g (GLU)
<b>DP</b>	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 375g, Błonnik pokarmowy 30g.	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 348g, Błonnik pokarmowy 21g.	Wartość energetyczna 2380 kcal Białko ogółem 97g, Tłuszcz 65g, Węglowodany ogółem 376g, Błonnik pokarmowy 38g.	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 81g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 349g, Błonnik pokarmowy 21g.	Wartość energetyczna 2353 kcal Białko ogółem 107g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 375g, Błonnik pokarmowy 30g.	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 374g, Błonnik pokarmowy 30g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Węglowodany ogółem: 1482g, Błonnik 149g

Dyżurny mgr. Marta Baltazak  
 Przychodnia Specjalistyczna  
 SDA MED  
 ul. Wallenroda 2F-1. 20-607 Lublin  
 NIP: 772963558

**JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM**

04.11.2025 wtorek	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA ŁATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA ŁATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Gruszka 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 Gruszka 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 Chrupki kukurydziane 50g	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 Chrupki kukurydziane 100g
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym bezglutenowym 150 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 300 ml (SEL ) Pulpety w sosie pomidorowym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 200 ml (SEL) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 100 g Marchew gotowana 100 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa marchewkowa 300 ml (SEL) Gotowana szynka wieprzowa w sosie własnym 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem 170 g Marchew gotowana 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Kefir naturalny 150g (MLE)			
<b>KOLACJA</b>	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
<b>DP</b>	Jogurt naturalny 150g (MLE)			
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 374g, Błonnik pokarmowy 30g.	Wartość energetyczna 2043kcal Białko ogółem 58g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 348g, Błonnik pokarmowy 21g.	Energia- 1015 kcal, białko: 30g, tłuszcz: 33g, węglowodany: 161g	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 53g, Węglowodany ogółem 348g, 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, SO2-dwutlenek siarki, LUB-tubin, MCK- mięczaki, [\*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
**SDA MED**  
ul. Wallenroda 25/1. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

05.11.2025 środa	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ubogoresztkowa/ biegunkowa (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 Banan 1 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 Banan 1 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 Banan 1 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 Banan 1 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 Banan 50g	Płatki owsiane 300ml na wodzie (GLU) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb pszenny 45 g (GLU) Szynka drobiowa 60 g Sałatka z buraczka z ziołami 100 g masło roślinne 10 g 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)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Serek waniliowy 150g (MLE), mleko 2% 100ml (MLE)
<b>OBIAD</b>	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g(MLE ) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml Brzoskwinia 1 szt.	Zupa jarzynowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem (MLE) Buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR, SO2) Kompot wieloowocowy b/c 250 ml <u>PODWIECZOREK: Jogurt naturalny (150g) (MLE)</u>	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g(MLE) Buraczki gotowane 150g(GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem bez sera Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml.	Filet z kurczaka 80g, masło roślinne 15g, Zupa ryżowa 400ml (SEL)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Jogurt naturalny 150g (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	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 pszenny 90 g (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)
<b>DP</b>	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2467 kcal Białko ogółem 85g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 419g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2157kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 22g.	Wartość energetyczna 2519 kcal Białko ogółem 102g, Tłuszcz 74g, Węglowodany ogółem 384g, Błonnik pokarmowy 35g.	Wartość energetyczna 2157kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 22g.	Wartość energetyczna 2567 kcal Białko ogółem 109g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 420g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2467 kcal Białko ogółem 85g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 419g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna: 1809 kcal Białko ogółem: 93g, Tłuszcz: 73g, Węglowodany ogółem: 185g, BŁ.18g.

Dietetyk mgr. inż. Marta Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenroda 2F 1. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

05.11.2025 środa	DIETA ELIMINACYJNA (bezglutenowa)	DIETA NISKOBIALKOWA	DZIECI 1-3 LAT DIETA LATWOSTRAWNA	DZIECI POWYŻEJ 3 r.ż. DIETA LATWOSTRAWNA
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ml. Płatki ryżowe 300 ml ( MLE, ) Chleb bezglutenowy 90g Kiełbasa 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 Banan ½ szt	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Chleb razowy 45 g (GLU) Kiełbasa 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 Banan 1/2szt	Zupa ml. Płatki owsiane 200 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 50 g (GLU) Kiełbasa 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 Banan ½ szt	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, MLE, ) Bułka pszenna 100 g (GLU) Kiełbasa 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 Banan ½ szt
<b>II ŚNIADANIE</b>				
<b>OBIAD</b>	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką 150 g (GOR, SO2, ) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa 200 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 200G (MLE) Buraczki gotowane 50g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (SEL ) Zapiekanka z kurczakiem 320g (MLE) Buraczki gotowane 100g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250 ml
<b>PODW. rehabilitacja</b>				
<b>KOLACJA</b>	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
<b>DP</b>	Sok owocowy 150ml	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Ciasto 50g (GLU, JAJ)
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2468 kcal Białko ogółem 85g, Tłuszcz 57g, Węglowodany ogółem 419g, Błonnik pokarmowy 29g.	Wartość energetyczna 2049kcal Białko ogółem 62g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 327g, Błonnik pokarmowy 22g.	Energia- 1043 kcal, białko: 27g, tłuszcz: 34g, węglowodany: 163g	Wartość energetyczna 2157kcal Białko ogółem 88g, Tłuszcz 62g, Węglowodany ogółem 328g, Błonnik pokarmowy 22g.

**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-fubin, MCK- mięczaki, [\*]zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Dietetyk mgr. inż. Mara Baltaziak  
Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenroda 25/1. 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558

JADŁOSPIS 31.10-09.11.2025 SZPITAL W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

06.11.2025 czwartek	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PĄPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ubogoreszkowa/ biegunkowa (bezmleczna)	DIETA PLYNNA
<b>ŚNIADANIE</b>	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 1szt	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 pieczone 1 szt	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 1szt.	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 pieczone 1 szt	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 30 g Ogórek konserwowy 50 g (GOR, SO2) Papryka konserwowa 50g (SO2) Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko 1szt	Zupa ryżowa na mleku roślinnym 300 ml Chleb pszenny 90g (GLU) masło roślinne 10 g Jaja kl. M 1 szt. (JAJ) Szynka gotowana drobiowa 30 g Pietruszka gotowana 100g Herbata czarna z/c 250 ml Jabłko pieczone szt.	Mleko 2% (300g)(MLE), kasza kukurydziana (40g), żółtko jaja (1 5g)(JAJ), cukier (20g), sok jabłkowy (25 0g), masło (10g)(MLE)
<b>II ŚNIADANIE</b>			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem (30g)(MLE)				Mleko 2 % tłuszczu (300g)(MLE), ryż (50g), cukier (20g), olej (10g),
<b>OBIAD</b>	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Kebab 100 g Ziemniaki opiekane 170 g Surówka z pekinki 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml Brzoskwinia 1szt.	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Kebab 100 g Ziemniaki 170 g Brokuł gotowany 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Kebab 100 g Ziemniaki opiekane 170 g Surówka z pekinki 150 g Kompot wieloowocowy b/c 250ml <b>PODWIECZOREK:</b> maślanka 150ml(MLE)	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Kebab 100 g Ziemniaki 170 g Brokuł gotowany 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Kebab 100 g Ziemniaki opiekane 170 g Surówka z pekinki 150 g (GLU, ) Kompot wieloowocowy z/c 250ml	Zupa grysikowa 300 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane 100 g Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany 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)
<b>PODW. rehabilitacja</b>	Budyń waniliowy 300ml (MLE)						
<b>KOLACJA</b>	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 <b>II kolacja:</b> 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	Bułka pszenna 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)
<b>DP</b>	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Sok owocowy 150ml	Ciasto 50g (GLU, JAJ)	Chrupki kukurydziane 40g	Sok owocowy 150ml
<b>Wartość odżywcza</b>	Wartość energetyczna 2433 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 75g, Węglowodany ogółem 371g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2127kcal Białko ogółem 84g, Tłuszcz 63g, Węglowodany ogółem 363g, Błonnik pokarmowy 20g,	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 93g, Tłuszcz 74g, Węglowodany ogółem 356g, Błonnik pokarmowy 35g,	Wartość energetyczna 2127kcal Białko ogółem 83g, Tłuszcz 63g, Węglowodany ogółem 364g, Błonnik pokarmowy 20g,	Wartość energetyczna 2533 kcal Białko ogółem 107g, Tłuszcz 75g, Węglowodany ogółem 371g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna 2433 kcal Białko ogółem 82g, Tłuszcz 75g, Węglowodany ogółem 371g, Błonnik pokarmowy 31g,	Wartość energetyczna: 1850 kcal Białko ogółem: 98g, Tłuszcz: 74g, Węglowodany ogółem: 190g, Błonnik pokarmowy 18g

Przychodnia Specjalistyczna  
SDA MED  
ul. Wallenroda 2F/1, 20-607 Lublin  
NIP: 7772963558