



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 25.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60
Salata pomidor	50	Salata pomidor	50	Salata pomidor	50	Salata pomidor	50	Salata pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Sok warzywny	300	Jabłko	170	Jabłko	170
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa koperkowa z ryżem (G)(1,7,9)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300
Schab w sosie własnym (D)	100	Schab w sosie własnym (D)	100	Schab w sosie własnym(D)	100	Schab w sosie własnym(D)	100	Schab w sosie własnym(D)	100
Ziemniaki	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Marchew gotowana	100	Surówka z kapusty białej	100	Marchew gotowana	100	Surówka z kapusty białej	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb razowy	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Masło(7)	15
Masło(7)	15	Serek twarogowy (7)	30	Ser żółty (7)	30	Masło(7)	15	Ser żółty (7)	30
Ser żółty (7)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Ser żółty (7)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30
Szynka drobiowa (6,9)	30	Mix salát z sosem vinegret	200	Salátka warzywna z ogórkiem	200	Szynka drobiowa (6,9)	30	Salátka warzywna z ogórkiem	200
Salátka warzywna z ogórkiem	200					Salátka warzywna z ogórkiem	200		
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Mandarynka	130	Mandarynka	70	Jogurt naturalny (7)	150	Mandarynka	130	Mandarynka	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2258 BIAŁKO: 82g TLUSZCZ:94g, w tym NKT 43g Węglowodany 282g w tym cukry 15g Sól 3,4 g Błonnik 32g		KCAL: 2119 BIAŁKO: 77g TLUSZCZ:84g, w tym NKT 39g Węglowodany 276g w tym cukry 16g Sól 2,8 g błonnik 30g		KCAL: 2377 BIAŁKO: 89g TLUSZCZ:98g, w tym NKT 45g Węglowodany 305g w tym cukry 20g Sól 3,7g błonnik 48g		KCAL: 2353 BIAŁKO: 83g TLUSZCZ:95g, w tym NKT 43g Węglowodany 305g w tym cukry 19g Sól 3,4 g Błonnik 35g		KCAL: 2353 BIAŁKO: 83g TLUSZCZ:95g, w tym NKT 43g Węglowodany 305g w tym cukry 19g Sól 3,4 g Błonnik 35g	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie



# SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O. w restrukturyzacji

## Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 26.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50
Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
Mix sałat	100	Mix sałat	100	Mix sałat	100	Mix sałat	100	Mix sałat	100
II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)
				Wafel ryżowy (1)	40	Baton pełnoziarnisty(1,7)	40	Baton pełnoziarnisty(1,7)	40
Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)
Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300
Ryba po grecku (1,4,7,9)(D)	150	Ryba po grecku (1,4,7,9)(D)	150	Ryba po grecku (1,4,7,9)(D)	150	Ryba po grecku (1,4,7,9)(D)	150	Ryba po grecku (1,4,7,9)(D)	150
Ziemniaki got.	200	Ryba po grecku (1,4,7,9)(D) Ziemniaki got.	200	Ziemniaki got.	200	Ziemniaki got.	200	Ziemniaki got.	200
Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)
Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta twarożek z koperkiem (7)	200	Salatka jarzynowa (3,7,9)	300	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salatka jarzynowa (3,7,9)	300			Pasta z makreli (1,4,7)	60	Salatka jarzynowa (3,7,9)	300	Salatka jarzynowa (3,7,9)	300
Pasta z makreli (1,4,7)	60					Pasta z makreli (1,4,7)	60	Pasta z makreli (1,4,7)	60
Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Kefir (7)	300	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:	
<b>KCAL: 2440</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 337g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 2,7g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2429</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 336g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 2,1g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2614</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ: 90g, w tym NKT 40g</b> <b>Węglowodany 351g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 2628</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ: 91g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 337g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 2,3g Błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 2628</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ: 91g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 337g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 2,3g Błonnik 42g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P - pieczenie G - gotowanie D - duszenie S - smażenie



# SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O. w restrukturyzacji

## Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 27.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)(G)	250
kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,6,11)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Jajko z sosem jogurtowym (3,7)	50	Jajko z sosem jogurtowym (3,7)	50	Jajko z sosem jogurtowym (3,7)	50	Jajko z sosem jogurtowym (3,7)	50	Jajko z sosem jogurtowym (3,7)	50
Ser żółty(7)	50	Ser biały w plastrach (7)	50	Ser żółty(7)	50	Ser żółty(7)	50	Ser żółty(7)	50
Ogórek zielony	50	Pomidor	50	Ogórek	50	Ogórek zielony	50	Ogórek zielony	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Banan	150	Jabłko	170	Jabłko	170
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ogórkowa (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa (1,3,7,9)(G)	300
Kurczak po azjatycku z ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak po azjatycku z ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak po azjatycku z ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak po azjatycku z ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak po azjatycku z ryżem (1,7,9)(D)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z warzyw pieczonych	60	Paprykarz (4,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paprykarz (4,9)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Ser topiony (7)	30	Paprykarz (4,9)	60	Paprykarz (4,9)	60
Ser topiony (7)	30	Mix sałat z kielkami	100	Ogórek kiszony ,kielki	120	Ser topiony (7)	30	Ser topiony (7)	30
Ogórek kiszony ,kielki	120					Ogórek kiszony ,kielki	120	Ogórek kiszony ,kielki	120
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Banan	130	Banan	130	Jogurt naturalny (7)	150	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2570 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 43g Węglowodany 356g w tym cukry 29g Sól 5,1g Błonnik 43g		KCAL: 2321 BIAŁKO: 97g TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 35g Węglowodany 338g w tym cukry 25g Sól 4,1g Błonnik 40g		KCAL: 2514 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 45g Węglowodany 370g w tym cukry 19g Sól 5,1g Błonnik 49g		KCAL: 2696 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 43g Węglowodany 387g w tym cukry 29g Sól 5,1g Błonnik 46g		KCAL: 2696 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 43g Węglowodany 387g w tym cukry 29g Sól 5,1g Błonnik 46g	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 28.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250
kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50
Ser biały w plastrach(7)	30	Ser biały w plastrach(7)	30	Ser biały w plastrach(7)	30	Ser biały w plastrach(7)	30	Ser biały w plastrach(7)	30
pomidor, ogórek	50	pomidor, ogórek	50	pomidor, ogórek	50	pomidor, ogórek	50	pomidor, ogórek	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Salatka z burakiem i fetą (7)	150	Gruszka	130	Gruszka	130
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)	300
Zraz panierowany(1,3,7)(S)	120	Zraz ugotowany (1,3,7) (G)	120	Zraz panierowany(1,3,7)(S)	120	Zraz duszony (1,3,7) (S)	120	Zraz panierowany(1,3,7)(S)	120
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Szpinak duszony	100	Szpinak duszony	100	Szpinak duszony	100	Szpinak duszony	100	Szpinak duszony	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta twarogowa z zieleniną (,7)	60	Pasta jajeczna(3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna(3,7)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna(3,7)	60	Pasta jajeczna(3,7)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat z kielkami	150	Mix sałat z kielkami	150	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat z kielkami	150					Mix sałat z kielkami	150	Mix sałat z kielkami	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Salatka owocowa	150	Salatka owocowa	150	Sok pomidorowy	300	Salatka owocowa	150	Salatka owocowa	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2731</b> <b>BIAŁKO: 116g</b> <b>TŁUSZCZ:118g, w tym NKT 56g</b> <b>Węglowodany 311 g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 4g Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2574</b> <b>BIAŁKO: 124g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 291 g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3,1 g Błonnik 26g</b>		<b>Kcal : 2861</b> <b>BIAŁKO: 127g</b> <b>TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 4,3g Błonnik 51g</b>		<b>KCAL: 3084</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ:130g, w tym NKT 56g</b> <b>Węglowodany 347 g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 4g Błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 3084</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ:130g, w tym NKT 56g</b> <b>Węglowodany 347 g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 4g Błonnik 37g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 29.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got (3,7) Mix serów Mix sałat	250 250 100 35 15 60 60 50	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1) Masło(7) Jajko na miękko (3,7) Mix serów Mix sałat	250 250 100 15 60 60 50	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy Masło(7) Jajko (3,7) Mix serów Mix sałat	250 250 100 15 60 60 50	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got (3,7) Mix serów Mix sałat	250 250 100 35 15 60 60 50	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got (3,7) Mix serów Mix sałat	250 250 100 35 15 60 60 50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Banan	130	Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa jarzynowa (1,7,9)(G) Szare kluczy z boczkiem(1)(G,S) Kapusta kiszona gotowana	300 350 100	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G) Filet w ziołach(D) Ziemniaki gotowane Marchewka gotowana	300 100 200 100	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G) Szare kluczy z boczkiem (1)(G,S) Kapusta kiszona gotowana	300 350 100	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G) Szare kluczy z boczkiem(1)(G,S) Marchew gotowana	300 350 100	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G) Szare kluczy z boczkiem(1)(G,S) Kapusta kiszona gotowana	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Paszтет pieczony (1,9) Mix sałat z ogórkiem	250 100 35 15 30 60 150	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Mix sałat	250 100 15 30 60 150	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Twarożek z koperkiem (7) Mix sałat z ogórkiem	250 100 15 30 60 150	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Paszтет pieczony (1,9) Mix sałat z ogórkiem	250 100 35 15 30 60 150	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Paszтет pieczony (1,9) Mix sałat z ogórkiem	250 100 35 15 30 60 150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Banan	130	Banan	130	Serek wiejski (7)	200	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2398</b> <b>BIAŁKO: 72g</b> <b>TŁUSZCZ: 87g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 341g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 3,1g błonnik 33g</b>		<b>KCAL: 2128</b> <b>BIAŁKO: 81g</b> <b>TŁUSZCZ: 80g, w tym NKT 48g</b> <b>Węglowodany 280g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 2,9g błonnik 28g</b>		<b>Kcal : 2861</b> <b>BIAŁKO: 127g</b> <b>TŁUSZCZ: 129g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 4,2g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 2584</b> <b>BIAŁKO: 92g</b> <b>TŁUSZCZ: 97g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 345g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 3,8g błonnik 33g</b>		<b>KCAL: 2584</b> <b>BIAŁKO: 92g</b> <b>TŁUSZCZ: 97g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 345g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 3,8g błonnik 33g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P - pieczenie G - gotowanie D - duszenie S - smażenie



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 30.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta twarogowa z burakiem (7)	60	Pasta twarogowa z burakiem (7)	60	Pasta twarogowa z burakiem (7)	60	Pasta twarogowa z burakiem (7)	60	Pasta twarogowa z burakiem (7)	60
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Pomidor ,ogórek kiszony	200	Salata ,pomidor	50	Salata, pomidor	50	Pomidor ,ogórek kiszony	200	Pomidor ,ogórek kiszony	200
	50						50		50
II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)
				Wafle ryżowe (1)	40	Gruszka	130	Gruszka	130
Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)
Zupa krem z soczewicy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z soczewicy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z soczewicy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z soczewicy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z soczewicy (1,7,9)(G)	300
Gulasz z kurczaka(D)	100	Gulasz z kurczaka(D)	100	Gulasz z kurczaka(D)	100	Gulasz z kurczaka(D)	100	Gulasz z kurczaka(D)	100
Kasza jęczmienna(1)(G)	100	Kasza jęczmienna(1)(G)	100	Kasza jęczmienna(1)(G)	100	Kasza jęczmienna(1)(G)	100	Kasza jęczmienna(1)(G)	100
Buraczki (G)	100	Buraczki (G)	100	Buraczki (G)	100	Buraczki (G)	100	Buraczki (G)	100
Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)
Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z pieczonych warzyw (1,7)	60	Pasta z makreli (1,4)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z makreli (1,4)	60	Serek twarogowy (7)	50	Serek topiony (7)	50	Pasta z makreli (1,4)	60	Pasta z makreli (1,4)	60
Serek topiony (7)	50	Mix sałat z kielkami	200	Mix sałat z papryką	200	Serek topiony (7)	50	Serek topiony (7)	50
Mix sałat z papryką	200					Mix sałat z papryką	200	Mix sałat z papryką	200
Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)
Salatka owocowa	150	Salatka owocowa	150	Salata z warzywami	150	Salatka owocowa	150	Salatka owocowa	150
Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:	
KCAL: 2544 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ 87g, w tym NKT 46g Węglowodany 331g w tym cukry 16g Sól 2,9g Błonnik 28 g		KCAL: 2380 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ 87g, w tym NKT 48g Węglowodany 333g w tym cukry 19g Sól 2,2g Błonnik 29 g		Kcal : 2470 BIAŁKO: 124g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 46g Węglowodany 297g w tym cukry 10g Sól 2,6g Błonnik 33g		KCAL: 2619 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ 87g, w tym NKT 44g Węglowodany 350g w tym cukry 18g Sól 2,9g Błonnik 36 g		KCAL: 2619 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ 87g, w tym NKT 44g Węglowodany 350g w tym cukry 18g Sól 2,9g Błonnik 36 g	

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 31.01.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMiąCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)		Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)		Chleb zwykły (1,7)	
Chleb razowy	100	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	100	Chleb razowy	100
Masło(7)	35	Serek biały (.7)	50	Serek biały (.7)	50	Masło(7)	35	Masło(7)	35
Serek biały (.7)	15	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Serek biały (.7)	15	Serek biały (.7)	15
Szynka wieprzowa(6,9)	50	Mix sałat	50	Pomidor,	50	Szynka wieprzowa(6,9)	50	Szynka wieprzowa(6,9)	50
Pomidor,	50					Pomidor,	50	Pomidor,	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				<b>Salatka grecka z fetą (7)</b>	<b>170</b>	<b>Salatka grecka z fetą (7)</b>	<b>170</b>	<b>Salatka grecka z fetą (7)</b>	<b>170</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa barszcz czerwony (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz czerwony (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz czerwony (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz czerwony (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz czerwony (1,3,7,9)(G)	300
Krokiot z kapustą i mięsem (1,3,7,9)(S)	350	Naleśnik z twarogiem i dżemem (1,3,7)(S)	350	Krokiot z kapustą i mięsem (1,3,7,9)(S)	350	Krokiot z mięsem (1,3,7,9)(S)	350	Krokiot z kapustą i mięsem (1,3,7,9)(S)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pieczeń rzymska z jajkiem(6,3)	60	Pieczeń rzymska z jajkiem(6,3)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczeń rzymska z jajkiem(6,3)	60	Salatka z burakiem i fetą (7)	200	Salatka z burakiem i fetą (7)	200	Pieczeń rzymska z jajkiem(6,3)	60	Pieczeń rzymska z jajkiem(6,3)	60
Salatka z burakiem i fetą (7)	200					Salatka z burakiem i fetą (7)	200	Salatka z burakiem i fetą (7)	200
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kefir naturalny</b>	<b>200</b>	<b>Kefir naturalny</b>	<b>200</b>	<b>Kefir naturalny</b>	<b>200</b>	<b>Kefir naturalny</b>	<b>200</b>	<b>Kefir naturalny</b>	<b>200</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2721</b> <b>BIAŁKO: 110g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 382g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,5g Błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2536</b> <b>BIAŁKO: 96g</b> <b>TŁUSZCZ: 85g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 362g w tym cukry 35g</b> <b>Sól 3,3g Błonnik 37g</b>		<b>Kcal : 2775</b> <b>BIAŁKO: 113g</b> <b>TŁUSZCZ: 108g, w tym NKT 53G</b> <b>Węglowodany 356g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 4,1 Błonnik 48 g</b>		<b>KCAL: 2861</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 385g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 4g Błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2861</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 385g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 4g Błonnik 43g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P - pieczenie G - gotowanie D - duszenie S - smażenie



**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 01.02.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMiąCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Kisiel b/c	300	Baton pełnoziarnisty	40	Baton pełnoziarnisty	40
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa koperkowa z ryżem (1,7,9)(G)	300
Kotlet drobiowy panierowany (1,3,7)(S)	200	Filet grillowany(D)	200	Kotlet drobiowy panierowany (1,3,7)(G)	200	Kotlet drobiowy panierowany (1,3,7)	120	Kotlet drobiowy panierowany (1,3,7)	120
Ziemniaki	100	Ziemniaki	100	Ziemniaki	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100
Surówka z selera	100	Warzywa na parze	100	Surówka z selera	100	Surówka z selera	200	Surówka z selera	200
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z twarogu z koperkiem(7)	60	Pasta z fasoli (1,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z fasoli (1,7)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z fasoli (1,7)	60	Pasta z fasoli (1,7)	60
Szynka drobiowa (6)	30	Mix sałat	50	Ogórek kiszony	120	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Ogórek kiszony	120					Ogórek kiszony	120	Ogórek kiszony	120
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2663</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 346g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 2,6g Błonnik 34g</b>		<b>KCAL: 2120</b> <b>BIAŁKO: 84g</b> <b>TŁUSZCZ:73g, w tym NKT 34g</b> <b>Węglowodany 293g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 1,5g Błonnik 27g</b>		<b>Kcal : 2575</b> <b>BIAŁKO: 85g</b> <b>TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 34G</b> <b>Węglowodany 334g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 2,6g Błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 2851</b> <b>BIAŁKO: 96g</b> <b>TŁUSZCZ:116g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 372g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 36g</b>		<b>KCAL: 2851</b> <b>BIAŁKO: 96g</b> <b>TŁUSZCZ:116g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 372g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 36g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P - pieczenie G - gotowanie D - duszenie S - smażenie





**SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O.**  
w restrukturyzacji

**Jadłospis dla pacjentów**  
programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 02.02.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kluski lane na mleku (G)	250	Kluski lane na mleku (G)	250	Kluski lane na mleku (G)	250	Kluski lane na mleku (G)	250	Kluski lane na mleku (G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Twarożek na słodko (7)	60	Twarożek z koperkiem (7)	60	Twarożek z koperkiem (7)	60	Twarożek na słodko (7)	60	Twarożek na słodko (7)	60
Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30
Dżem	50	Dżem	50	Mix sałat	50	Dżem	50	Dżem	50
Mix sałat	50	Mix sałat	50			Mix sałat	50	Mix sałat	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Kanapka z szynką, sałata,(1,6)	200	Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa gulaszowa (1,7,9)(G)	300	Zupa gulaszowa (1,7,9)(G)	300	Zupa gulaszowa (1,7,9)(G)	300	Zupa gulaszowa (1,7,9)(G)	300	Zupa gulaszowa (1,7,9)(G)	300
Gzik z cebulka	120	Gzik	120	Gzik z cebulka	120	Gzik z cebulka	120	Gzik z cebulka	120
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Mix sałat z sosem vinegret	100	Mix sałat z sosem vinegret	100	Mix sałat z sosem vinegret	100	Mix sałat z sosem vinegret	100	Mix sałat z sosem vinegret	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta mięsna z kurczaka(6,9)	60	Pasta mięsna z kurczaka(6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta mięsna z kurczaka(6,9)	60	Ser kanapkowy (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta mięsna z kurczaka(6,9)	60	Pasta mięsna z kurczaka(6,9)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat,	150	Mix sałat, papryka	150	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat, papryka	150					Mix sałat, papryka	150	Mix sałat, papryka	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Jogurt naturalny</b>	<b>150</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2690</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 318g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2508</b> <b>BIAŁKO: 115g</b> <b>TŁUSZCZ:98g, w tym NKT 42g</b> <b>Węglowodany 303g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 4g Błonnik 29g</b>		<b>Kcal : 2465</b> <b>BIAŁKO: 130g</b> <b>TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 55g</b> <b>Węglowodany 265g w tym cukry 8g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2794</b> <b>BIAŁKO: 143g</b> <b>TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 56g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 4,8g Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2794</b> <b>BIAŁKO: 143g</b> <b>TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 56g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 4,8g Błonnik 27g</b>	

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie



# SZPITAL POWIATOWY WE WRZEŚNI SP. Z O. O. w restrukturyzacji

## Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 03.02.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60
Pomidor, ogórek	50	Pomidor, ogórek	60	Pomidor, ogórek	50	Pomidor, ogórek	50	Pomidor, ogórek	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				<b>Budyń śmietankowy b/c (1,7)</b>	<b>300</b>	<b>Budyń śmietankowy (1,7)</b>	<b>300</b>	<b>Budyń śmietankowy (1,7)</b>	<b>300</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ziemniaczana (1,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9)(G)	300
Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7,)(D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7,)(G)	100	Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7,)(D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7,)(D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7,)(D)	100
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Warzywa got.	100	Warzywa got.	100	Warzywa got.	100	Warzywa got.	100	Warzywa got.	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1)	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Ser biały (7)	30	Ser biały (7)	30	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Ser biały (7)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Ser biały (7)	30	Ser biały (7)	30
Szynka drobiowa (6)	30	Mix sałat z kielkami	100	Mix sałat z kielkami	100	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Mix sałat z kielkami	100					Mix sałat z kielkami	100	Mix sałat z kielkami	100
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>	<b>Sałatka owocowa</b>	<b>150</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2391</b> <b>BIAŁKO: 103g</b> <b>TŁUSZCZ: 85g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 321g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 46g</b>		<b>KCAL: 2220</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ: 84g, w tym NKT 48g</b> <b>Węglowodany 280g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 2,5g Błonnik 38g</b>		<b>Kcal : 2376</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 289g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 2,7g Błonnik 52g</b>		<b>KCAL: 2616</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 351g w tym cukry 33g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 48g</b>		<b>KCAL: 2616</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 351g w tym cukry 33g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 48g</b>	

**Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie!!**

**W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.**

**Wykaz alergenów:** 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaj i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P - parowanie P – pieczenie G – gotowanie D – duszenie S - smażenie