



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

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

Data: 25.03.2024

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)
Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane 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 pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salami (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Salami	30	Salami (6,9)	30	Salami	30
Mix serów(7)	60	Pasta z warzyw	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	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>
				Salatka pomidor z ogórkiem w jogurcie (7)	150	Serek wiejski	200	Serek wiejski	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 krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300
Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150
Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150
Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	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 zwykły (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	Pieczeń rzymska (7)	60	Pieczeń rzymska (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczeń rzymska (7)	60	Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	Pieczeń rzymska (7)	60	Pieczeń rzymska (7)	60
Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	pomidorokami (1,7)		Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150
pomidorokami (1,7)				pomidorokami (1,7)		Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150	Salatka z rukolą ,tuńczykiem	150
pomidorokami (1,7)				pomidorokami (1,7)		pomidorokami (1,7)		pomidorokami (1,7)	
<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	Kefir	300	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: 2469 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 40g Węglowodany 319g w tym cukry 39g Sól 3g Błonnik 28g		KCAL: 2525 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ:89g, w tym NKT 37g Węglowodany 329g w tym cukry 40g Sól 2,9g Błonnik 30g		KCAL: 2573 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 49g Węglowodany 283g w tym cukry 24g Sól 3,4g Błonnik 30g		KCAL: 2614 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 59g Węglowodany 354g w tym cukry 43g Sól 3,9g Błonnik 28g		KCAL: 2614 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 59g Węglowodany 354g w tym cukry 43g Sól 3,9g Błonnik 28g	

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: 26.03.2024

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)
Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	15
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60
Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	30	Twaróg z koperkiem (7)	30	Twaróg z koperkiem (7)	30
Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	50	Szynka z kurczaka (6)	50	Szynka z kurczaka (6)	50
Ogórek	50	Pomidor	50	Pomidor		Ogórek		Ogórek	
<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>
				Warzywa z hummusem	130	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 krem z ciecierzycy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z ciecierzycy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z ciecierzycy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z ciecierzycy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z ciecierzycy (1,7,9)(G)	300
Makaron z sosem bolońskim S(1,3,7)	350	Makaron z sosem bolońskim S(1,3,7)	350	Makaron z sosem bolońskim S(1,3,7)	350	Makaron z sosem bolońskim S(1,3,7)	350	Makaron z sosem bolońskim S(1,3,7)	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	Dżem	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Ser kanapkowy (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat i kielków	150	Mix sałat i kielków	150	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat i kielków	150					Mix sałat i kielków	150	Mix sałat i kielków	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>
Sałátka z owoców sezonowych	150	Sałátka z owoców sezonowych	150	Serek wiejski	150	Sałátka z owoców sezonowych	150	Sałátka z owoców sezonowych	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2403</b> <b>BIAŁKO: 120g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 281g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 2,7g Błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2334</b> <b>BIAŁKO: 119g</b> <b>TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 344g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 40g</b>		<b>Kcal : 2606</b> <b>BIAŁKO: 146g</b> <b>TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 279g w tym cukry 6g</b> <b>Sól 3g Błonnik 34g</b>		<b>KCAL: 2681</b> <b>BIAŁKO: 133g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 328g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 2,7g Błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2681</b> <b>BIAŁKO: 133g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 328g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 2,7g 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: 27.03.2024

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)
Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka 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
Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Ser kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30
Mix sałat	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>
				<b>Sok pomidorowy</b>	<b>330</b>	<b>Drożdźówka z owocem</b>	<b>70</b>	<b>Drożdźówka z owocem</b>	<b>70</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 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 pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Pulpet ugotowany w sosie(1,3,7,9) (G)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Marchew gotowana (G)	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	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 (1,7)	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 (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z pieczonych warzyw	60	Dżem	50	Ser żółty (7)	30	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat	100	Papryka, marchewka	100	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Papryka ,marchewka	100					Papryka ,marchewka	100	Papryka ,marchewka	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>
Jogurt owocowy	150	Jogurt owocowy	150	Jogurt naturalny z płatkami	150	Jogurt owocowy	150	Jogurt owocowy	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2264</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 254g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2 g,Błonnik 21g</b>		<b>KCAL: 2029</b> <b>BIAŁKO: 76g</b> <b>TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 229g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 1,7 g,Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2205</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 243g w tym cukry 11g</b> <b>Sól 2,5g,Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2477</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,5g,Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2477</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,5g,Błonnik 29g</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: 28.03.2024

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 (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
Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko na miękko (3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70
Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30
Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
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>
				Kefir	300	Kefir	300	Kefir	300
<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 brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300
Pulpet w sosie śmietanowym (1,3)(G)	120	Pulpet w sosie śmietanowym (1,3)(G)	120	Pulpet w sosie śmietanowym (G)	120	Pulpet w sosie śmietanowym (1,3)(G)	120	Pulpet w sosie śmietanowym (G)	120
Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150
Mini marchewka (G)	100	Mini marchewka (G)	100	Mini marchewka (G)	100	Mini marchewka (G)	100	Mini marchewka (G)	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	Pasta z kurczaka	50	Pasta z fasoli	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z fasoli	60	Ser biały (7)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z fasoli	60	Pasta z fasoli	60
Szynka drobiowa (6)	30	Mix kiełków	30	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>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Kanapka razowa z szynką, sałatą, ogórkiem	70	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2316 BIAŁKO: 93g TLUSZCZ: 89g, w tym NKT 45g Węglowodany 273g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 36g		KCAL: 2179 BIAŁKO: 119g TLUSZCZ: 76g, w tym NKT 47g Węglowodany 263g w tym cukry 22g Sól 3 g Błonnik 30g		Kcal : 2690 BIAŁKO: 141g TLUSZCZ: 98g, w tym NKT 51g Węglowodany 324g w tym cukry 19g Sól 3,3g Błonnik 43g		KCAL: 2626 BIAŁKO: 93g TLUSZCZ: 103g, w tym NKT 50g Węglowodany 331g w tym cukry 25g Sól 2,9g Błonnik 41g		KCAL: 2626 BIAŁKO: 93g TLUSZCZ: 103g, w tym NKT 50g Węglowodany 331g w tym cukry 25g Sól 2,9g Błonnik 41g	

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: 29.03.2024

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)
Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka 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
Dżem	50	Dżem	50	Ser żółty	30	Dżem	50	Dżem	50
Serek kanapkowy (7)	100	Serek kanapkowy (7)	100	Serek kanapkowy (7)	100	Serek kanapkowy (7)	100	Serek kanapkowy (7)	100
Salatka warzywna	30	Mix sałat	50	Mix sałat	50	Salatka warzywna	30	Salatka warzywna	30
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>
				Jabłko	150	Budyń śmietankowy	300	Budyń śmietankowy	300
				Salatka grecka z fetą	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 pomidorowa z makaronem (G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem(G)	300
Ryba pieczona (P)	120	Ryba ugotowana(G)	120	Ryba pieczona (P)	120	Ryba pieczona (P)	120	Ryba pieczona (P)	120
Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	100	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200
Surówka z kapusty kiszzonej	100	Surówka z marchewki	100	Surówka z kapusty kiszzonej	100	Surówka z kapusty kiszzonej	100	Surówka z kapusty kiszzonej	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	Twarożek z koperkiem (7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Mix sałat ,kielki	150	Mix sałat, ogórek kiszony	150	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Mix sałat, ogórek kiszony	150					Mix sałat, ogórek kiszony	150	Mix sałat, ogórek kiszony	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	Sok warzywny	300	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: 2566 BIAŁKO: 103g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 43g Węglowodany 325g w tym cukry 39g Sól 3,1 g błonnik 32g		KCAL: 2505 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 40g Węglowodany 309g w tym cukry 20g Sól 2,7 g błonnik 36g		KCAL: 2883 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 43g Węglowodany 323g w tym cukry 9g Sól 3g błonnik 39g		KCAL: 2720 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 41g Węglowodany 348g w tym cukry 23g Sól 3,1 g błonnik 41g		KCAL: 2720 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 41g Węglowodany 348g w tym cukry 23g Sól 3,1 g błonnik 41g	

**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: 30.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIAŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki kukurydziane na mleku(1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb pszenny (1,7)	15	Chleb razowy (1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	15
Masło(7)	50	Masło(7)	50	Masło(7)	50	Masło(7)	50	Masło(7)	50
Powidła	30	Powidła	30	Ser kanapkowy	30	Powidła	30	Powidła	30
Szynka salami	50	Szynka drobiowa	50	Szynka salami	50	Szynka salami	50	Szynka salami	50
Mix sałat		Mix sałat		Mix sałat		Mix sałat		Mix sałat	
<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>Kabanosy</b>	<b>70</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</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>
Barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300
Pierogi leniwe z musem owocowym(1,7)(G)	350	Pierogi leniwe z musem owocowym(1,7)(G)	350	Pierogi leniwe z masłem i cynamonem (1,7)(G)	350	Pierogi leniwe z musem owocowym(1,7)(G)	350	Pierogi leniwe z musem owocowym(1,7)(G)	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 razowy	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Masło(7)	15
Masło(7)	15	Pieczeń rzymska (6)	60	Pieczeń rzymska(6)	60	Masło(7)	15	Pieczeń rzymska (6)	60
Pieczeń rzymska (6)	60	Salatka z burakiem, fetą i rukolą(1,7)	150	Salatka z burakiem, fetą i rukolą(1,7)	150	Pieczeń rzymska (6)	60	Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150
Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150					Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	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>
Jogurt owocowy	150	Jogurt owocowy	150	Jogurt naturalny	150	Jogurt owocowy	150	Jogurt owocowy	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 1959</b> <b>BIAŁKO: 88g</b> <b>TŁUSZCZ: 65g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 272g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 1,9g błonnik 33g</b>		<b>KCAL: 2019</b> <b>BIAŁKO: 90g</b> <b>TŁUSZCZ: 65g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 287g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 2,5 g błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 2124</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ: 79g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 267g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 2,7g błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2182</b> <b>BIAŁKO: 95g</b> <b>TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 1,9g błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2182</b> <b>BIAŁKO: 95g</b> <b>TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 1,9g błonnik 40g</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: 31.03.2024

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 (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 razowy (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Jajko gotowane z majonezem(3,7)	60	Jajko na miękko (3,7)	60	Jajko gotowane z majonezem(3,7)	60	Jajko gotowane z majonezem(3,7)	60	Jajko gotowane z majonezem(3,7)	60
Biała kielbasa z chrzanem (6)(G)	130	Parówka drobiowa(6)(G)	90	Biała kielbasa z chrzanem (6)(G)	130	Biała kielbasa z chrzanem (6)(G)	130	Biała kielbasa z chrzanem (6)(G)	130
Salatka jarzynowa	200	Salatka jarzynowa	200	Salatka jarzynowa	200	Salatka jarzynowa	200	Salatka jarzynowa	200
<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>
				Muffinka	70	Muffinka	70	Muffinka	70
<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>
Żurek wielkanocny(1,7,9) (G)	300	Żurek wielkanocny(1,7,9) (G)	300	Żurek wielkanocny(1,7,9) (G)	300	Żurek wielkanocny(1,7,9) (G)	300	Żurek wielkanocny(1,7,9) (G)	300
Pieczeń z karkówki (P)	120	Schab gotowany(G)	120	Pieczeń z karkówki (6,9)(P)	120	Pieczeń z karkówki (P)	120	Pieczeń z karkówki (P)	120
Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100
Buraczki gotowane (G)	100	Buraczki gotowane (G)	100	Buraczki gotowane (G)	100	Buraczki gotowane (G)	100	Buraczki gotowane (G)	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 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
Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60
Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30
Salatka cesarz z grzankami	200	Salatka cesarz z grzankami	200	Salatka cesarz z grzankami	200	Salatka cesarz z grzankami	200	Salatka cesarz z grzankami	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>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Serek wiejski	200	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		Kcal : 3448 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:137g, w tym NKT 46g Węglowodany 313g w tym cukry 26g Sól 3,6g Błonnik 36g		KCAL: 3211 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 315g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3211 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 315g w tym cukry 24g Sól 3,6g 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: 01.04.2024

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	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
Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60
Szynka gotowana (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30
Dżem	50	Dżem	50	Ogórek zielony	50	Dżem	50	Dżem	50
Ogórek zielony	50	Pomidor	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>
				Jogurt naturalny	180	Babka wielkanocna	60	Babka wielkanocna	60
<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)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300
De volaille ze szpinakiem S	120	Rolada ze szpinakiem gotowana	120	De volaille ze szpinakiem S	120	De volaille ze szpinakiem S	120	De volaille ze szpinakiem S	120
Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100
Surówka z kapusty	100	Warzywa na parze(G)	100	Surówka z kapusty	100	Surówka z kapusty	100	Surówka z kapusty	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	Paszтет pieczony z żurawiną	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paszтет pieczony z żurawiną	60	Ser kanapkowy (7)	50	Ser żółty (7)	50	Paszтет pieczony z żurawiną	60	Paszтет pieczony z żurawiną	60
Ser żółty (7)	50	Salata mix, pomidor, kielki	200	Salata mix, papryka, kielki	200	Ser żółty (7)	50	Ser żółty (7)	50
Salata mix, papryka, kielki	200			Salata mix, papryka, kielki	200	Salata mix, papryka, kielki	200	Salata mix, papryka, kielki	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>
Banan	130	Banan	130	Salatka z jajkiem i rzodkiewką (3,7)	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>	
<b>KCAL: 2647</b> <b>BIAŁKO: 110g</b> <b>TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 355g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2486</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ: 94g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 291g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 2,7g Błonnik 36g</b>		<b>Kcal : 2989</b> <b>BIAŁKO: 146g</b> <b>TŁUSZCZ: 144g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 292g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 35g</b>		<b>KCAL: 2930</b> <b>BIAŁKO: 130g</b> <b>TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 355g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2930</b> <b>BIAŁKO: 130g</b> <b>TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 355g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 28g</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: 02.04.2024

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)
Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane 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)	250	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	100	Masło(7)	15
Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	15	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60
Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Szynka z kurczaka (6)	30
Salata lodowa	50	Salata lodowa	50	Salata lodowa	50	Szynka z kurczaka (6)	30	Salata lodowa	50
						Salata lodowa	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>
				Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70	Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70	Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70
<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)(D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym(1,7),(D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym(1,3,7) (D)	100	Pulpet w sosie pomidorowym(1,7),(D)	100
Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100
Mix warzyw gotowanych (7)(G)		Mix warzyw gotowanych (7)(G)		Mix warzyw gotowanych (7)(G)		Mix warzyw gotowanych (7)(G)		Mix warzyw gotowanych (7)(G)	
<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	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka z kurczaka (6,9)	60	Ser homogenizowany 7)	50	Ser żółty(7)	30	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty(7)	30	Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Mix sałat, papryka	50					Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50
<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 z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Sok pomidorowy	330	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2418 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ: 89g, w tym NKT 43g Węglowodany 321g w tym cukry 22g Sól 2,5g błonnik 39g		KCAL: 2463 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ: 94g, w tym NKT 51g Węglowodany 329g w tym cukry 17g Sól 3,4g błonnik 40g		Kcal : 2699 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 57g Węglowodany 346g w tym cukry 9g Sól 4,3g błonnik 44g		KCAL: 3064 BIAŁKO: 150g TŁUSZCZ: 114g, w tym NKT 57g Węglowodany 369g w tym cukry 22g Sól 3,8g błonnik 41g		KCAL: 3064 BIAŁKO: 150g TŁUSZCZ: 114g, w tym NKT 57g Węglowodany 369g w tym cukry 22g Sól 3,8g błonnik 41g	

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: 03.04.2024

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 (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (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 (1,6,7)	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
Jajko got (3)	50	Jajko got. (3)	50	Jajko got (3)	50	Jajko got (3)	50	Jajko got (3)	50
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>
				<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>200</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>200</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>200</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 szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300
Potrąwka z kurczaka (1,7) G	150	Potrąwka z kurczaka (1,7) G	150	Potrąwka z kurczaka (1,7) G	150	Potrąwka z kurczaka (1,7) G	150	Potrąwka z kurczaka (1,7) G	150
Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150
Marchewka z groszkiem(7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7) (G)	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	Szynka drobiowa (6)	60	Szynka drobiowa (6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	60	Mix sałat z tuńczykiem	200	Mix sałat z tuńczykiem	200	Szynka drobiowa (6)	60	Szynka drobiowa (6)	60
Mix sałat z tuńczykiem	200	mix sałat z tuńczykiem pomidorem i kielkami	200	mix sałat z tuńczykiem pomidorem i kielkami	200	Mix sałat z tuńczykiem	200	Mix sałat z tuńczykiem pomidorem i kielkami	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>
Banan	130	Banan	130	Kabanosy	90	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: 2578 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g Węglowodany 360 g w tym cukry 26g Sól 3,9g Błonnik 47g		KCAL: 2665 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 46g Węglowodany 358g w tym cukry 19g Sól 4g Błonnik 37g		KCAL: 2831 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ: 110g, w tym NKT 50g Węglowodany 311g w tym cukry 5g Sól 5g Błonnik 37g		KCAL: 2734 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g Węglowodany 372 g w tym cukry 19g Sól 3,9g Błonnik 37g		KCAL: 2578 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g Węglowodany 360 g w tym cukry 26g Sól 3,9g Błonnik 47g	

### 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