



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

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

Data: 04.05.2024

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 owsianką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	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)	15	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	30	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Wędlina drobiowa (6,9)	30	Wędlina drobiowa (6,9)	30	Wędlina drobiowa (6,9)	30	Wędlina drobiowa (6,9)	30	Wędlina drobiowa (6,9)	30
Ser kanapkowy (7)	30	Ser kanapkowy (7)	15	Ser kanapkowy (7)	30	Ser kanapkowy (7)	30	Ser kanapkowy (7)	30
Salata	15	Salata	60	Salata	15	Salata	15	Salata	15
Pomidor	60	Pomidor,		Pomidor,	60	Pomidor,	60	Pomidor,	60
<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>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Gruszka</b>	<b>130</b>	<b>Gruszka</b>	<b>130</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 ukraiński (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,3,7,9)(G)	350	Zupa barszcz ukraiński (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,3,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,3,7,9)(G)	300
Kurczak z warzywami i ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak z warzywami i ryżem (1,7,9)(D)		Kurczak z warzywami i ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak z warzywami i ryżem (1,7,9)(D)	350	Kurczak z warzywami i 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	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	Paprykarz (1,4)	60	Paprykarz (1,4)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paprykarz (1,4)	60	Serek kanapkowy (7)	50	Serek topiony (7)	50	Paprykarz (1,4)	60	Paprykarz (1,4)	60
Serek topiony (7)	50	Mix sałat z pomidorem	75	Mix sałat z papryką	75	Serek topiony (7)	50	Serek topiony (7)	50
Mix sałat z papryką	75					Mix sałat z papryką	75	Mix sałat z papryką	75
<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>150</b>	<b>Banan</b>	<b>150</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>330</b>	<b>Banan</b>	<b>150</b>	<b>Banan</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: 2596</b> <b>BIAŁKO: 106g</b> <b>TŁUSZCZ 97g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 343g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 4,8g Błonnik 47 g</b>		<b>KCAL: 2514</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ 97g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 4,5g Błonnik 47 g</b>		<b>KCAL: 2580</b> <b>BIAŁKO: 112g</b> <b>TŁUSZCZ 99g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 5g Błonnik 49 g</b>		<b>KCAL: 2671</b> <b>BIAŁKO: 109g</b> <b>TŁUSZCZ 97g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 372g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 4,8g Błonnik 50 g</b>		<b>KCAL: 2671</b> <b>BIAŁKO: 109g</b> <b>TŁUSZCZ 97g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 372g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 4,8g Błonnik 50 g</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: 05.05.2024

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 (1,6,11)	100	Chleb pszenny (1,6,11)	100	Chleb razowy (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
Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50
Ser biały w plasterach(7)	30	Ser biały w plasterach(7)	30	Ser biały w plasterach(7)	30	Ser biały w plasterach(7)	30	Ser biały w plasterach(7)	30
Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15
Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60
<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	Jabłko	150	Jabłko	150
<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 i marchewką (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem i marchewką (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem i marchewką (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem i marchewką (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem i marchewką (1,7,9)(G)	300
Udko pieczone(P)	120	Udko gotowane (G)	120	Udko pieczone(P)	120	Udko pieczone(P)	120	Udko pieczone(P)	120
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Surówka z kapusty	150	Warzywa gotowane (G)	150	Surówka z kapusty	150	Surówka z kapusty	150	Surówka z kapusty	150
<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	Galart drobiowy (3,9)	60	Galart drobiowy (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Galart drobiowy (3,9)	60	Ser biały plastry (7)	30	Ser żółty (7)	30	Galart drobiowy (3,9)	60	Galart drobiowy (3,9)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat z kielkami	15	Mix sałat z kielkami	15	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat z kielkami	15	Pomidor	60	Rzodkiewka	60	Mix sałat z kielkami	15	Mix sałat z kielkami	15
Rzodkiewka	60					Rzodkiewka	60	Rzodkiewki	60
<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 (7)	150	Jogurt owocowy (7)	150	Jogurt naturalny	150	Jogurt owocowy (7)	150	Jogurt owocowy (7)	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2799 BIAŁKO: 150g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 46g Węglowodany 335 g w tym cukry 20g Sól 2,8g Błonnik 34g		KCAL: 2707 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 42g Węglowodany 318 g w tym cukry 19g Sól 2,5g Błonnik 31g		Kcal : 2729 BIAŁKO: 151g TŁUSZCZ: 106g, w tym NKT 48g Węglowodany 313g w tym cukry 18g Sól 3,5g Błonnik 42g		KCAL: 2894 BIAŁKO: 151g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 46g Węglowodany 358 g w tym cukry 24g Sól 2,8g Błonnik 38g		KCAL: 2894 BIAŁKO: 151g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 46g Węglowodany 358 g w tym cukry 24g Sól 2,8g Błonnik 38g	

**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: 06.05.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRYZYWAJALNYCH 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)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (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,.)	100	Chleb pszenny (1,.)	100	Chleb razowy (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,.)	100	Chleb zwykły (1,.)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Rolada z kurczaka(6)	60	Rolada z kurczaka(6)	60	Rolada z kurczaka (6)	60	Rolada z kurczaka(6)	60	Rolada z kurczaka(6)	60
Ser żółty (7)	30	Dżem	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat ,kielki	15	Mix sałat, kielki	15	Mix sałat, kielki	15	Mix sałat ,kielki	15	Mix sałat ,kielki	15
Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60	Pomidor	60
<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>
				Sałotka cezar z kurczakiem	100	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
<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
Pierogi z serem (1,7)(G)	350	Pierogi z serem (1,7)(G)	350	Pierogi z serem (1,7)(G)	350	Pierogi z serem (1,7)(G)	350	Pierogi z serem (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 zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Serek smakowy(7)	60	Ser żółty (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Ser żółty (7)	60	Dżem	60	Pasztet pieczony (6)	60	Ser żółty (7)	60	Ser żółty (7)	60
Pasztet pieczony (6)	60	Mix sałata z kielkami	15	Ogórek kiszony	120	Pasztet pieczony (6)	60	Pasztet pieczony(6)	60
Ogórek kiszony	120	Pomidor	100			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>
Kefir	200	Kefir	200	Kefir (7)	200	Kefir	200	Kefir	200
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2622 BIAŁKO: 96g TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 49g Węglowodany 327 g w tym cukry 27g Sól 4,3g Błonnik 29g		KCAL: 2466 BIAŁKO: 88g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 40g Węglowodany 325g w tym cukry 33g Sól 2,3g Błonnik 24g		Kcal : 2592 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 50g Węglowodany 308g w tym cukry 13g Sól 5,1g Błonnik 38g		KCAL: 2810 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:116g, w tym NKT 50g Węglowodany 353 g w tym cukry 27g Sól 4,5g Błonnik 31g		KCAL: 2810 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:116g, w tym NKT 50g Węglowodany 353 g w tym cukry 27g Sól 4,5g Błonnik 31g	

**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: 07.05.2024

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)	100	Chleb razowy(1)	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)	30	Szynka wieprzowa (6)	30	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka wieprzowa (6)	30	Twarożek z koperkiem(7)	60	Twarożek z koperkiem(7)	60	Szynka wieprzowa (6)	30	Szynka wieprzowa (6)	30
Twarożek z koperkiem(7)	60	Pomidor	75	Pomidor	75	Twarożek z koperkiem(7)	60	Twarożek z koperkiem(7)	60
Pomidor,	75					Pomidor,	75	Pomidor,	75
<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>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>
Zupa brokułowa (1,7,9)(G)	300	Zupa brokułowa (1,7,9)	300	Zupa brokułowa (1,7,9)	300	Zupa brokułowa (1,7,9)	300	Zupa brokułowa (1,7,9)	300
Makaron z sosem bolońskim (1,7,.) (G,S)	350	Makaron z sosem bolońskim (1,7,.) (D)	350	Makaron z sosem bolońskim (1,7,.) (G,S)	350	Makaron z sosem bolońskim (1,7,.) (G,S)	350	Makaron z sosem bolońskim (1,7,.) (G,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	Szynka drobiowa (6,9)	60	Pasta z makreli (4,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z makreli (4,7)	60	Ser biały w plasterkach (7)	50	Mix serów (7)	50	Pasta z makreli (4,7)	60	Pasta z makreli (4,7)	60
Mix serów (7)	50	Mix sałat z pomidorem	75	Mix sałat z pomidorem	75	Mix serów (7)	50	Mix serów (7)	50
Mix sałat z pomidorem	75					Mix sałat z pomidorem	75	Mix sałat z pomidorem	75
<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>
Kisiel	250	Kisiel	250	Kisiel b/c	250	Kisiel	250	Kisiel	250
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2745 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 105g, w tym NKT 49g Węglowodany 343g w tym cukry 23g Sól 2,6g Błonnik 45g		KCAL: 2776 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ: 108g, w tym NKT 49g Węglowodany 327g w tym cukry 23g Sól 3g Błonnik 43g		KCAL: 2978 BIAŁKO: 156g TŁUSZCZ: 114g, w tym NKT 48g Węglowodany 353g w tym cukry 23g Sól 3,6g Błonnik 56g		KCAL: 2931 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 105g, w tym NKT 49g Węglowodany 343g w tym cukry 23g Sól 2,6g Błonnik 45g		KCAL: 2931 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 105g, w tym NKT 49g Węglowodany 343g w tym cukry 23g Sól 2,6g Błonnik 45g	

**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: 08.05.2024

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	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)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60
Pasta jajeczna (3,7)	30	Pasta twarogowa z burakiem (7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	30
Szynka salami (6,9)	60	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka salami (6,9)	60	Szynka salami (6,9)	60	Szynka salami (6,9)	60
Ogórek kiszony	75	Mix sałat	15	Ogórek kiszony	75	Ogórek kiszony	75	Ogórek kiszony	75
		Pomidor	60						
<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	190	Ciastka zbożowe	40	Ciastka zbożowe	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>
Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)(G)	300
Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120
Placek ziemniaczany (1,3)(S)	200	Kluski z soczewicą (1,3)(G)	150	Placek ziemniaczany (1,3)(S)	200	Placek ziemniaczany (1,3)(S)	200	Placek ziemniaczany (1,3)(S)	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	Pieczeń rzymska (6)	60	Pieczeń rzymska (6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczeń rzymska (6)	60	Salatka jarzynowa (1,3,7)	150	Salatka jarzynowa (1,3,7)	150	Pieczeń rzymska (6)	60	Pieczeń rzymska (6)	60
Salatka jarzynowa (1,3,7)	150					Salatka jarzynowa (1,3,7)	150	Salatka jarzynowa (1,3,7)	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>
Jabłko	190	Jabłko pieczone	190	Salatka z sosem vinegret	100	Jabłko	190	Jabłko	190
				Kefir	200				
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2169</b> <b>BIAŁKO: 90g</b> <b>TŁUSZCZ: 75g, w tym NKT 31g</b> <b>Węglowodany 315g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 3,6 g błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 2239</b> <b>BIAŁKO: 82g</b> <b>TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 329g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 3,8g błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 2269</b> <b>BIAŁKO: 102g</b> <b>TŁUSZCZ: 74g, w tym NKT 34g</b> <b>Węglowodany 303g w tym cukry 12g</b> <b>Sól 3g błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2349</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ: 76g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 312g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 3 g błonnik 36g</b>		<b>KCAL: 2349</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ: 76g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 312g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 3 g 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: 09.05.2024

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
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
Szynka wieprzowa (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka wieprzowa (6,9)	30	Szynka wieprzowa (6,9)	30	Szynka wieprzowa (6,9)	30
Pomidor	50	Pomidor	100	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
Ogórek	50			Ogórek	50	Ogórek	50	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>
				Kanapka razowa z warzywami	70	Jabłko	130	Jabłko	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>
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
Kotlet pożarski (1,3)(S)	120	Filet z kurczaka ugotowany (G)	120	Kotlet pożarski (1,3)(S)	120	Kotlet pożarski (1,3)(S)	120	Kotlet pożarski (1,3)(S)	120
Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200
Mizeria(7)	100	Salata z jogurtem (7)	100	Mizeria(7)	100	Mizeria(7)	100	Mizeria(7)	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(1)	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	50	Smalec z fasoli	50	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z fasoli	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z fasoli	60	Pasta z fasoli	60
Szynka drobiowa (6)	30	Mix kielków	15	Ogórek kiszony	100	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Ogórek kiszony	100	Pomidor	85			Ogórek kiszony	100	Ogórek kiszony	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 (7)	150	Jogurt owocowy (7)	150	Suchary b/c	40	Jogurt owocowy (7)	150	Jogurt owocowy (7)	150
				Sok pomidorowy	330				
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2744 BIAŁKO: 88g TŁUSZCZ:132g, w tym NKT 45g Węglowodany 314g w tym cukry 20g Sól 3,6g Błonnik 34g		KCAL: 2833 BIAŁKO: 91g TŁUSZCZ:132g, w tym NKT 49g Węglowodany 333g w tym cukry 18g Sól 3,2g Błonnik 32g		Kcal : 3020 BIAŁKO: 104g TŁUSZCZ:136g, w tym NKT 46g Węglowodany 360g w tym cukry 13g Sól 4,8g Błonnik 39g		KCAL: 2969 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:138g, w tym NKT 49g Węglowodany 345g w tym cukry 34g Sól 3,6g Błonnik 34g		KCAL: 2969 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:138g, w tym NKT 49g Węglowodany 345g w tym cukry 34g Sól 3,6g Błonnik 34g	

**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: 10.05.2024

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 na słodko (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg na słonko (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg 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	Pomidor	75	Dżem	50	Dżem	50
Pomidor	75	Pomidor	75			Pomidor	75	Pomidor	75
<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>
				Mix sałata z sosem winegret	200	Jogurt owocowy	150	Jogurt owocowy	150
<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 (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300
Gzیک z cebulką(7)	150	Gzیک (7)	150	Gzیک z cebulką(7)	150	Gzیک z cebulką(7)	150	Gzیک z cebulką(7)	150
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	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 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 biały plastry (7)	50	Ser żółty (7)	50	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty (7)	50	Salata mix, kielki	15	Salata mix, kielki	15	Ser żółty (7)	50	Ser żółty (7)	50
Salata mix, kielki	15	Pomidor	60	Papryka	60	Salata mix, kielki	15	Salata mix, kielki	15
Papryka	60					Papryka	60	Papryka	60
<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	150	Banan	150	Jogurt naturalny	150	Banan	150	Banan	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2351 BIAŁKO: 116g TLUSZCZ:91g, w tym NKT 50g Węglowodany 277g w tym cukry 23g Sól 3,2g Błonnik 23g		KCAL: 2347 BIAŁKO: 114g TLUSZCZ:91g, w tym NKT 50g Węglowodany 278g w tym cukry 25g Sól 3g Błonnik 23g		Kcal : 2371 BIAŁKO: 125g TLUSZCZ:94g, w tym NKT 51g Węglowodany 269g w tym cukry 11g Sól 3,2g Błonnik 31g		KCAL: 2426 BIAŁKO: 116g TLUSZCZ:91g, w tym NKT 50g Węglowodany 312g w tym cukry 25g Sól 3,1g Błonnik 26g		KCAL: 2426 BIAŁKO: 116g TLUSZCZ:91g, w tym NKT 50g Węglowodany 312g w tym cukry 25g Sól 3,1g Błonnik 26g	

**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: 11.05.2024

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 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
Ogórek kiszony	60	Pomidor	50	Ogórek kiszony	50	Szynka z kurczaka (6)	30	Ogórek kiszony	60
						Ogórek kiszony	60		
<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</b>	<b>200</b>	<b>Serek wiejski</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 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)	100	Pulpet w sosie pomidorowym(1,7,)(D)	100
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (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 z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka z kurczaka (6,9)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty(7)	30	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty(7)	30	Mix sałat,	15	Mix sałat	15	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Mix sałat,	15	Pomidor	35	Papryka	35	Mix sałat	15	Mix sałat	15
Papryka	35					Papryka	35	Papryka	35
<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>Jabłko</b>	<b>150</b>	<b>Jabłko pieczone</b>	<b>150</b>	<b>Stupki warzywne z hummusem</b>	<b>150</b>	<b>Jabłko</b>	<b>150</b>	<b>Jabłko</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: 2731</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ: 99g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 357g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 2,8g błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 2753</b> <b>BIAŁKO: 110g</b> <b>TŁUSZCZ: 99g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 360g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 2,9g błonnik 35g</b>		<b>Kcal : 2947</b> <b>BIAŁKO: 144g</b> <b>TŁUSZCZ: 113g, w tym NKT 59g</b> <b>Węglowodany 355g w tym cukry 12g</b> <b>Sól 3,8 g błonnik 50g</b>		<b>KCAL: 2992</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ: 104g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 405g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,8g błonnik 46g</b>		<b>KCAL: 2992</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ: 104g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 405g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,8g błonnik 46g</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: 12.05.2024

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 (1,7)	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 gotowane (7)	50	Jajko na miękko (7)	50	Jajko gotowane (7)	50	Jajko gotowane (7)	50	Jajko gotowane (7)	50
Ogórek świeży	50	Mix sałat	50	Ogórek świeży	50	Ogórek świeży	50	Ogórek świeży	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,(7)	300	Serek homogenizowany	150	Serek homogenizowany	150
				Wafle ryżowe (1)	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>
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
Kurczak w sosie ziołowym(1,7)(D)	100	Kurczak w sosie ziołowym(1,7)(D)	100	Kurczak w sosie ziołowym(1,7)(D)	100	Kurczak w sosie ziołowym(1,7)(D)	100	Kurczak w sosie ziołowym(1,7)(D)	100
Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150
Brokuł got z masłem i bułką(G)	100	Marchew got. (G)	100	Brokuł got z masłem i bułką(G)	100	Brokuł got z masłem i bułką(G)	100	Brokuł got z masłem i bułką(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(1,7)	90	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	Dżem (7,9)	60	Ser żółty (7)	60	Szynka drobiowa (6)	60	Szynka drobiowa (6)	60
Ser żółty (7)	60	Mix sałat i kielki	15	Salatka Warzywna z ogórkiem	150	Ser żółty (7)	60	Ser żółty (7)	60
Salatka Warzywna z ogórkiem	150	Pomidor	60			Salatka Warzywna z ogórkiem	150	Salatka Warzywna z ogórkiem	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	330	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: 2757</b> <b>BIAŁKO: 122g</b> <b>TŁUSZCZ:112g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 333 g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2770</b> <b>BIAŁKO: 118g</b> <b>TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 326g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 3g Błonnik 28g</b>		<b>Kcal : 2752</b> <b>BIAŁKO: 131g</b> <b>TŁUSZCZ:116g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 305g w tym cukry 4g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2852</b> <b>BIAŁKO: 127g</b> <b>TŁUSZCZ:112g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 346 g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2852</b> <b>BIAŁKO: 127g</b> <b>TŁUSZCZ:112g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 346 g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 3,2g 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: 13.05.2024

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 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	35	Pomidor	35	Pomidor	35	Pomidor	35	Pomidor	35
Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15
<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>
				Sałátka z buraka z fetą	200	Drożdżówka	90	Drożdżówka	90
<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 z ziemniak. (G)	300	Zupa ogórkowa ziemniak.(1,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniak. (G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniak. (G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniak. (G)	300
Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)(P)	150	Filet duszony (1,4,7,9)(D)	150	Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)(P)	150	Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)(P)	150	Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)(P)	150
Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200
Kapusta gotowana(G)	100	Szpinak got. (G)	100	Kapusta gotowana(G)	100	Kapusta gotowana(G)	100	Kapusta gotowana(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	Sałátka jarzynowa (3,7,9)	150	Sałátka jarzynowa (3,7,9)	150	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Sałátka jarzynowa (3,7,9)	150	Szynka gotowana 6,9 )	60	Szynka gotowana 6,9 )	60	Sałátka jarzynowa (3,7,9)	150	Sałátka jarzynowa (3,7,9)	150
Szynka gotowana 6,9 )	60					Szynka gotowana 6,9 )	60	Szynka gotowana 6,9 )	60
<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>	
KCAL: 3168 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 37g Węglowodany 458g w tym cukry 31g Sól 3,3g Błonnik 52g		KCAL: 3082 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 39g Węglowodany 470g w tym cukry 30g Sól 3,3g Błonnik 54g		KCAL: 3378 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 41g Węglowodany 468g w tym cukry 20g Sól 3,7g Błonnik 59g		KCAL: 3356 BIAŁKO: 119g TŁUSZCZ:114g, w tym NKT 39g Węglowodany 484g w tym cukry 31g Sól 3,4g Błonnik 57g		KCAL: 3356 BIAŁKO: 119g TŁUSZCZ:114g, w tym NKT 39g Węglowodany 484g w tym cukry 31g Sól 3,4g Błonnik 57g	

**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