



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

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

Data: 11.10.2024

| 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 razowy (1,7)   | 100              |
| Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               |
| Jajko got (3,7)  | 50               | Jajko na miękko (3,7)  | 50               | Jajko got (3,7)  | 50               | Jajko got (3,7)  | 50               | Jajko got (3,7)  | 50               |
| Szynka z kurczaka  | 30               | Szynka z kurczaka  | 30               | Szynka z kurczaka  | 30               | Szynka z kurczaka  | 30               | Szynka z kurczaka  | 30               |
| Pomidor  | 50               | Pomidor  | 50               | Pomidor  | 50               | Pomidor  | 50               | Pomidor  | 50               |
| Mix sałat  | 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> |
|  |                  |  |                  | Jogurt naturalny (7)   | 100              | Jogurt owocowy   | 100              | Jogurt 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              |
| Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)  | 200              | Ryba filet na parze (1,4,7,9)(P)   | 150              | Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)  | 150              | Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)  | 200              | Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)  | 150              |
| Ziemniaki got.(G)  | 100              | Ziemniaki got.(G)  | 200              | Ziemniaki got.(G)  | 200              | Ziemniaki got.(G)  | 100              | Ziemniaki got.(G)  | 200              |
| Surówka z marchewki  |                  | Surówka z marchewki  | 100              | Surówka z marchewki  | 100              | Surówka z marchewki  |                  | Surówka z marchewki  | 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               | Salatka jarzynowa (3,7,9)  | 150              | Salatka jarzynowa (3,7,9)  | 150              | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               |
| Salatka jarzynowa (3,7,9)  | 150              | Szynka drobiowa (1,4,7)  | 60               | Pasta z makreli (1,4,7)  | 60               | Salatka jarzynowa (3,7,9)  | 150              | Salatka jarzynowa (3,7,9)  | 150              |
| Pasta z makreli (1,4,7)  | 60               |  |                  |  |                  | Pasta z makreli (1,4,7)  | 60               | Pasta z makreli (1,4,7)  | 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  | 130              | Banan  | 130              | Sok pomidorowy   | 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<br>BIAŁKO: 106g<br>TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 37g<br>Węglowodany 357g w tym cukry 31g<br>Sól 2,2g Błonnik 42g |                  | KCAL: 2390<br>BIAŁKO: 104g<br>TŁUSZCZ:65g, w tym NKT 33g<br>Węglowodany 334g w tym cukry 30g<br>Sól 2,1g Błonnik 39g |                  | KCAL: 2493<br>BIAŁKO: 100g<br>TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 35g<br>Węglowodany 342g w tym cukry 22g<br>Sól 2,4g Błonnik 49g |                  | KCAL: 2538<br>BIAŁKO: 106g<br>TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 37g<br>Węglowodany 357g w tym cukry 31g<br>Sól 2,2g Błonnik 42g |                  | KCAL: 2538<br>BIAŁKO: 106g<br>TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 37g<br>Węglowodany 357g w tym cukry 31g<br>Sól 2,2g Błonnik 42g |                  |

**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: 12.10.2024

| 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)   | 250              | Kawa zbożowa/herbata (1,7)   | 250              | Kawa zbożowa/herbata (1,7)  | 250              | Kawa zbożowa/herbata (1,7)  | 250              |
| Chleb zwykły (1,7)  | 100              | Chleb pszenny (1,7)  | 100              | Chleb razowy (1,7)   | 100              | Chleb zwykły (1,7)  | 100              | Chleb zwykły (1,7)  | 100              |
| Masło(7)  | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)  | 15               |
| Szynka drobiowa (6 )  | 60               | Szynka drobiowa (6 )   | 60               | Szynka drobiowa (6 )   | 60               | Szynka drobiowa (6 )  | 60               | Szynka drobiowa (6 )  | 60               |
| Ser topiony (7)   | 30               | Serek kanapkowy (7)  | 30               | Serek kanapkowy (7)  | 30               | Ser topiony (7)   | 30               | Ser topiony (7)   | 30               |
| 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 jarzynowa (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)   | 300              |
| Gulasz drobiowy z warzywami(G)  | 150              | Gulasz drobiowy z warzywami (G)  | 150              | Gulasz drobiowy z warzywami (G)  | 150              | Gulasz drobiowy z warzywami(G)  | 150              | Gulasz drobiowy z warzywami (G)   | 150              |
| Kasza gryczana (G)  | 100              | Kasza gryczana(G)  | 100              | Kasza gryczana(G)  | 100              | Kasza gryczana(G)   | 100              | Kasza gryczana(G)   | 100              |
| Buraczki (G)  | 100              | Buraczki (G)   | 100              | Buraczki (G)   | 100              | Buraczki (G)  | 100              | Buraczki (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               | Pasta z pieczonych warzyw (7)  | 60               | Paszтет pieczony (1,7)   | 60               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)  | 15               |
| Paszтет pieczony (1,7)  | 60               | Szynka drobiowa (7)  | 30               | Szynka drobiowa (7)  | 30               | Paszтет pieczony (1,7)  | 60               | Paszтет pieczony (1,7)  | 60               |
| Szynka drobiowa (7)   | 30               | Mix sałat z pomidorem  | 50               | Mix sałat z papryką  | 50               | Szynka drobiowa (7)   | 30               | Szynka drobiowa (7)   | 30               |
| Mix sałat z papryką   | 50               |  |                  |  |                  | Mix sałat z papryką   | 50               | Mix sałat z papryką   | 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> |
| Nektarynka  | 130              | Nektarynka   | 130              | Salatka grecka (7)   | 150              | Nektarynka  | 130              | Nektarynka  | 130              |
| <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  |
| KCAL: 2907<br>BIAŁKO: 125g<br>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 368g w tym cukry 29g<br>Sól 5,5g Błonnik 51g |                  | KCAL: 2844<br>BIAŁKO: 120g<br>TŁUSZCZ 110g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 330g w tym cukry 29g<br>Sól 5,4g Błonnik 52 g |                  | Kcal : 2749<br>BIAŁKO: 125g<br>TŁUSZCZ;113g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 335g w tym cukry 20g<br>Sól 5,1g Błonnik 51g |                  | KCAL: 2907<br>BIAŁKO: 125g<br>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 368g w tym cukry 29g<br>Sól 5,5g Błonnik 51g |                  | KCAL: 2907<br>BIAŁKO: 125g<br>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 368g w tym cukry 29g<br>Sól 5,5g Błonnik 51g |                  |

**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: 13.10.2024

| 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 (7)  | 30               | Ser biały(7)  | 30               | Ser biały(7)   | 30               | Ser biały (7)  | 30               | Ser biały (7)  | 30               |
| Mix sałat,   | 15               | Mix sałat ,   | 15               | Mix sałat,   | 15               | Mix sałat,   | 15               | Mix sałat,   | 15               |
| 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> |
|  |                  |   |                  | Tortilla pełnoziarnista z warzywami (1,7)  | 90               | Tortilla pełnoziarnista z warzywami (1,7)  | 90               | Tortilla pełnoziarnista z warzywami (1,7)  | 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> |
| 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              |
| Udko pieczone (1,3,7)(P)   | 120              | Udko duszone (1,3,7) (D)  | 120              | Udko pieczone(1,3,7)(P)  | 120              | Udko pieczone (1,3,7)(P)   | 120              | Udko pieczone(1,3,7)(P)  | 120              |
| Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki (G)  | 200              |
| Szpinak got (G)  | 100              | Szpinak got. (G)  | 100              | Szpinak got. (G)   | 100              | Szpinak got (G)  | 100              | Szpinak got. (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 zwykły (1,7)   | 100              | Chleb zwykły (1,7)   | 100              | Chleb zwykły (1,7)   | 100              |
| Chleb razowy   | 35               | Masło(7)  | 15               | Chleb razowy   | 35               | Chleb razowy   | 35               | Chleb razowy   | 35               |
| Masło(7)   | 15               | Pasta twarogowa z koperkiem   | 60               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               |
| Pasta jajeczna (3,7 )  | 60               | Szynka drobiowa (6,9)   | 30               | Pasta jajeczna (3,7)   | 60               | Pasta jajeczna (3,7 )  | 60               | Pasta jajeczna (3,7 )  | 60               |
| Ser żółty (7)  | 30               | Mix sałat z kielkami  | 50               | Ser żółty (7)  | 30               | Ser żółty (7)  | 30               | Ser żółty (7)  | 30               |
| Mix sałat z kielkami   | 50               |   |                  | Mix sałat z kielkami   | 50               | Mix sałat z kielkami   | 50               | Mix sałat z kielkami   | 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> |
| Serek wiejski  | 200              | Serek wiejski   | 200              | Serek wiejski  | 200              | Serek wiejski  | 200              | Serek wiejski  | 200              |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  |
| KCAL: 2681<br>BIAŁKO: 136g<br>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 333g w tym cukry 32g<br>Sól 4,1 g Błonnik 27g |                  | KCAL: 2570<br>BIAŁKO: 134g<br>TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 40g<br>Węglowodany 315 g w tym cukry 29g<br>Sól 4 g Błonnik 28g |                  | Kcal : 2976<br>BIAŁKO: 154g<br>TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 54g<br>Węglowodany 344g w tym cukry 23g<br>Sól 4,1g Błonnik 38g |                  | KCAL: 2949<br>BIAŁKO: 136g<br>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 60g<br>Węglowodany 333g w tym cukry 32g<br>Sól 4,1 g Błonnik 27g |                  | KCAL: 2949<br>BIAŁKO: 136g<br>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 60g<br>Węglowodany 333g w tym cukry 32g<br>Sól 4,1 g Błonnik 27g |                  |

**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: 14.10.2024

| 1. DIETA PODSTAWOWA   |                  | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA   |                  | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW   |                  | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ  |                  | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA  |                  |
|---|------------------|---|------------------|---|------------------|---|------------------|---|------------------|
| Śniadanie   | Ilość (g)        | Śniadanie   | Ilość (g)        | Śniadanie   | Ilość (g)        | Śniadanie   | Ilość (g)        | Śniadanie   | Ilość (g)        |
| Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)   | 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               | Ser biały (7)   | 30               | Ser żółty (7)   | 30               | Ser żółty (7)   | 30               | Ser żółty (7)   | 30               |
| Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               |
| Papryka   | 50               | Pomidor   | 50               | Papryka   | 50               | Papryka   | 50               | Papryka   | 50               |
| <b>II Śniadanie</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>II Śniadanie</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>II Śniadanie</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>II Śniadanie</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>II Śniadanie</b>   | <b>Ilość (g)</b> |
|   |                  |   |                  | Salatka z makaronu pełnoziarnistego z tuńczykiem (1,4,7,.)  | 150              | 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 żurek (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa żurek (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa żurek (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa żurek (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa żurek (1,7,9)(G)   | 300              |
| Kluchy na pyrach okraszone kielbas (1,3)(G,S)   | 350              | Leniwe pierogi z masłem i cynamonem(G)  | 350              | Kluchy na pyrach okraszone kielbasą(1,3)(G,S)   | 350              | Kluchy na pyrach okraszone kielbasą(1,3)(G,S)   | 350              | Kluchy na pyrach okraszone kielbasą(1,3)(G,S)   | 350              |
| Kapusta kiszona gotowana(G)   | 100              |   |                  | Kapusta kiszona gotowana(G)   | 100              | Kapusta kiszona gotowana(G)   | 100              | Kapusta kiszona 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               | Serek smakowy(7)  | 60               | Ser żółty (7)   | 60               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)  | 15               |
| Ser żółty (7)   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               | Ser żółty (7)   | 60               | Ser żółty (7)   | 60               |
| Szynka drobiowa (6)   | 60               | Mix sałata z kielkami   | 50               | Ogórek kiszony  | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               |
| Ogórek kiszony  | 60               |   |                  |   |                  | Ogórek kiszony  | 60               | Ogórek kiszony  | 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   | 130              | Banan   | 130              | Banan   | 130              | 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: 2506</b><br><b>BIAŁKO: 98g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b><br><b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b><br><b>Sól 5g Błonnik 40g</b> |                  | <b>KCAL: 2727</b><br><b>BIAŁKO: 108g</b><br><b>TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 51g</b><br><b>Węglowodany 357g w tym cukry 25g</b><br><b>Sól 5g Błonnik 42g</b> |                  | <b>KCAL: 2669</b><br><b>BIAŁKO: 95g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 53g</b><br><b>Węglowodany 349g w tym cukry 22g</b><br><b>Sól 4,6g Błonnik 48g</b> |                  | <b>KCAL: 2506</b><br><b>BIAŁKO: 98g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b><br><b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b><br><b>Sól 5g Błonnik 40g</b> |                  | <b>KCAL: 2506</b><br><b>BIAŁKO: 98g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b><br><b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b><br><b>Sól 5g 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: 15.10.2024

| 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 razowy(1)  | 100              |
| Chleb razowy   | 35               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)  | 15               | Chleb razowy   | 35               | Masło(7)   | 15               |
| Masło(7)   | 15               | Szynka drobiowa (6)   | 30               | Szynka drobiowa (6)   | 30               | Masło(7)   | 15               | Szynka drobiowa (6)  | 30               |
| Szynka drobiowa (6)  | 30               | Twarożek z koperkiem(7)   | 60               | Twarożek z koperkiem(7)   | 30               | Szynka drobiowa (6)  | 30               | Twarożek z koperkiem(7)  | 30               |
| Twarożek z koperkiem(7)  | 60               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               | Twarożek z koperkiem(7)  | 60               | Mix sałat  | 15               |
| Mix sałat  | 15               | Pomidor   | 50               | Pomidor   | 50               | Mix sałat  | 15               | 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>Sok warzywny</b>   | <b>300</b>       | <b>Kefir</b>   | <b>300</b>       | <b>Kefir</b>   | <b>300</b>       |
|  |                  |   |                  | <b>Sucharki b/c</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) (G)  | 300              | Zupa brokułowa (1,7,9) (G)  | 300              | Zupa brokułowa (1,7,9) (G)   | 300              | Zupa brokułowa (1,7,9) (G)   | 300              |
| Makaron z sosem bolońskim (1,7,9)(S,G)   | 350              | Makaron z sosem bolońskim (1,7,9)(S,G)  | 350              | Makaron z sosem bolońskim (1,7,9)(S,G)  | 350              | Makaron z sosem bolońskim (1,7,9)(S,G)   | 350              | Makaron z sosem bolońskim (1,7,9)(S,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               | Pasta z szynki (7)  | 60               | Pasta z tuńczyka (4,7)  | 60               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               |
| Pasta z tuńczyka (4,7)   | 60               | Mix serów (7)   | 50               | Mix serów (7)   | 50               | Pasta z tuńczyka (4,7)   | 60               | Pasta z tuńczyka (4,7)   | 60               |
| Mix serów (7)  | 50               | Mix sałat z pomidorem   | 100              | Mix sałat z pomidorem   | 100              | Mix serów (7)  | 50               | Mix serów (7)  | 50               |
| Mix sałat z pomidorem  | 100              |   |                  |   |                  | Mix sałat z pomidorem  | 100              | Mix sałat z pomidorem  | 100              |
| <b>Posiłek nocny</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Posiłek nocny</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Posiłek nocny</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Posiłek nocny</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Posiłek nocny</b>   | <b>Ilość (g)</b> |
| <b>Jabłko</b>  | <b>150</b>       | <b>Jabłko</b>   | <b>150</b>       | <b>Kefir (7)</b>  | <b>300</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: 2675</b><br><b>BIAŁKO: 144g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 45g</b><br><b>Węglowodany 364g w tym cukry 19g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 42g</b> |                  | <b>KCAL: 2563</b><br><b>BIAŁKO: 141g</b><br><b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 46g</b><br><b>Węglowodany 344g w tym cukry 19g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 39g</b> |                  | <b>KCAL:2774</b><br><b>BIAŁKO: 139g</b><br><b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 45g</b><br><b>Węglowodany 337g w tym cukry 10g</b><br><b>Sól 3,1g Błonnik 49g</b> |                  | <b>KCAL: 2675</b><br><b>BIAŁKO: 144g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 45g</b><br><b>Węglowodany 364g w tym cukry 19g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 42g</b> |                  | <b>KCAL: 2675</b><br><b>BIAŁKO: 144g</b><br><b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 45g</b><br><b>Węglowodany 364g w tym cukry 19g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 42g</b> |                  |

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

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

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



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

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

Data: 16.10.2024

| 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)        |
| Kaszka manna na mleku(1,7)(G)  | 250              | Kaszka manna na mleku (1,7)(G)  | 250              | Kaszka manna na mleku (1,7)(G)  | 250              | Kaszka manna na mleku(1,7)(G)   | 250              | Kaszka manna 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               |
| Ser kanapkowy (7)  | 30               | Ser kanapkowy (7)   | 30               | Ser kanapkowy (7)   | 30               | Ser kanapkowy   | 30               | Ser kanapkowy   | 30               |
| Szynka salami (6)  | 30               | Szynka salami (6)   | 30               | Szynka salami (6)   | 30               | Szynka salami   | 30               | Szynka salami   | 30               |
| Salata   | 15               | Salata  | 15               | Salata  | 15               | Salata  | 15               | Salata  | 15               |
| Ogórek   | 50               | Pomidor   | 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> |
|  |                  |   |                  | Salatka pomidorowa  | 150              | Pączek  | 90               | Pączek  | 90               |
|  |                  |   |                  | 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 pomidorowa z makaronem (G)  | 300              | Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa pomidorowa z makaronem (G)   | 300              | Zupa pomidorowa z makaronem (G)   | 300              | Zupa pomidorowa z makaronem(G)  | 300              |
| Kotlet drobiowy panierowany (S), (1)   | 200              | Filet grillowany (1)(P)   | 120              | Kotlet drobiowy panierowany (1)(S)  | 120              | Kotlet drobiowy panierowany (S), (1)  | 120              | Kotlet drobiowy panierowany (1)(S)  | 120              |
| Ziemniaki (G)  | 100              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              |
| Surówka z marchewki  |                  | Surówka z marchewki   | 100              | Surówka z marchewki   | 100              | Surówka z marchewki   | 100              | Surówka z marchewki   | 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 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)  | 100              | Salatka z burakiem, fetą i rukolą(1,7)  | 100              | Pieczeń rzymska (6)   | 60               | Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)   | 100              |
| Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)  | 100              |   |                  |   |                  | Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)   | 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> |
| Brzoskwinia  | 130              | Brzoskwinia   | 130              | Brzoskwinia   | 130              | Brzoskwinia   | 130              | Brzoskwinia   | 130              |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  |
| KCAL: 2068<br>BIAŁKO: 112g<br>TŁUSZCZ:102g, w tym NKT 34g<br>Węglowodany 305g w tym cukry 18g<br>Sól 3 g błonnik 34g |                  | KCAL: 1991<br>BIAŁKO: 110g<br>TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 24g<br>Węglowodany 291g w tym cukry 16g<br>Sól 2,5 g błonnik 32g |                  | KCAL: 2134<br>BIAŁKO: 108g<br>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 34g<br>Węglowodany 276g w tym cukry 17g<br>Sól 3g błonnik 34g |                  | KCAL: 2263<br>BIAŁKO: 112g<br>TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 34g<br>Węglowodany 305g w tym cukry 18g<br>Sól 3 g błonnik 34g |                  | KCAL: 2263<br>BIAŁKO: 112g<br>TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 34g<br>Węglowodany 305g w tym cukry 18g<br>Sól 3 g 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: 17.10.2024

| 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  | 70               | Pasta z pieczonych warzyw   | 60               | Pasta z pieczonych warzyw   | 60               |
| 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               |
| Mix sałat  | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat  | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               |
| 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> |
|  |                  |   |                  | Serek wiejski  | 200              | Serek wiejski   | 200              | Serek wiejski   | 200              |
|  |                  |   |                  | Wafel ryżowy   | 40               |   |                  |   |                  |
| <b>Obiad</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Obiad</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Obiad</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Obiad</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Obiad</b>  | <b>Ilość (g)</b> |
| Zupa koperkowa (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa koperkowa (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa koperkowa (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa koperkowa (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa koperkowa (1,7,9)(G)   | 300              |
| Pieczeń rzymska (1,3)(P)   | 120              | Pieczeń rzymska (1,3)(D)  | 120              | Pieczeń rzymska (1,3)(P)   | 120              | Pieczeń rzymska (1,3)(P)  | 120              | Pieczeń rzymska (1,3)(P)  | 120              |
| Ziemniaki got.(G)  | 200              | Ziemniaki got.(G)   | 200              | Ziemniaki got.(G)  | 200              | Ziemniaki got.(G)   | 200              | Ziemniaki got.(G)   | 200              |
| Marchew z groszkiem (G)  | 100              | Marchew got. (G)  | 100              | Marchew z groszkiem (G)  | 100              | Marchew z groszkiem (G)   | 100              | Marchew z groszkiem (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(1)  | 100              | Chleb zwykły (1,7)  | 100              | Chleb razowy(1)   | 100              |
| Chleb razowy   | 35               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)   | 15               | Chleb razowy  | 35               | Masło(7)  | 15               |
| Masło(7)   | 15               | Pasta twarogowa z koperkiem   | 60               | Pasta twarogowa ze   | 60               | Masło(7)  | 15               | Pasta z fasoli  | 50               |
| Pasta twarogowa ze   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 30               | szczypiorkiem  | 30               | Pasta z fasoli  | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 30               |
| Szczypiorkiem  | 60               | Mix kielków i sałat   | 30               | Szynka drobiowa (6)  | 30               | Szynka drobiowa (6)   | 30               | Ogórek kiszony  | 60               |
| Szynka drobiowa (6)  | 30               |   |                  | Ogórek kiszony   | 60               | Ogórek kiszony  | 60               |   |                  |
| Ogórek kiszony   | 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> |
| <b>Mus owocowy</b>   | <b>100</b>       | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       | <b>Kabanosy</b>  | <b>90</b>        | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  |
| <b>KCAL: 2680</b><br><b>BIALKO: 89g</b><br><b>TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 40g</b><br><b>Węglowodany 380g w tym cukry 34g</b><br><b>Sól 3,2g Błonnik 44g</b> |                  | <b>Kcal : 2612</b><br><b>BIALKO: 79g</b><br><b>TŁUSZCZ: 109g, w tym NKT 40g</b><br><b>Węglowodany 357g w tym cukry 30g</b><br><b>Sól 4g Błonnik 40g</b> |                  | <b>Kcal : 2867</b><br><b>BIALKO: 118g</b><br><b>TŁUSZCZ: 129g, w tym NKT 41g</b><br><b>Węglowodany 353g w tym cukry 21g</b><br><b>Sól 4g Błonnik 40g</b> |                  | <b>KCAL: 2966</b><br><b>BIALKO: 119g</b><br><b>TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 40g</b><br><b>Węglowodany 380g w tym cukry 34g</b><br><b>Sól 3,2g Błonnik 44g</b> |                  | <b>KCAL: 2966</b><br><b>BIALKO: 119g</b><br><b>TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 40g</b><br><b>Węglowodany 380g w tym cukry 34g</b><br><b>Sól 3,2g Błonnik 44g</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: 18.10.2024

| 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 (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               | Ogórek   | 50               | Dżem   | 50               | Dżem   | 50               |
| Ogórek   | 50               | Pomidor   | 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> |
|  |                  |   |                  | Kefir, (7)   | 300              | Kefir, (7)   | 300              | Kefir, (7)   | 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 barszcz ukraiński (G) (1,7,9)   | 300              | Zupa barszcz (1,7,9)(G)   | 300              | Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)  | 300              | Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)  | 300              |
| Gzík z cebulką (7)   | 150              | Gzík (7)  | 150              | Gzík z cebulką (7)   | 150              | Gzík z cebulką (7)   | 150              | Gzík z cebulką (7)   | 150              |
| Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki(G)   | 200              | Ziemniaki (G)  | 200              |
| Mix sałat z oliwą  | 100              | Mix sałat z oliwą   | 100              | Mix sałat z oliwą  | 100              | Mix sałat z oliwą  | 100              | Mix sałat z oliwą  | 100              |
| <b>Podwieczorek</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Podwieczorek</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Podwieczorek</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Podwieczorek</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Podwieczorek</b>  | <b>Ilość (g)</b> |
|  |                  |   |                  |  |                  |  |                  |  |                  |
| <b>Kolacja</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Kolacja</b>  | <b>Ilość (g)</b> | <b>Kolacja</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Kolacja</b>   | <b>Ilość (g)</b> | <b>Kolacja</b>   | <b>Ilość (g)</b> |
| herbata  | 250              | herbata   | 250              | herbata  | 250              | herbata  | 250              | herbata  | 250              |
| Chleb zwykły (1,7)   | 100              | Chleb pszenny   | 100              | Chleb razowy   | 100              | Chleb zwykły (1,7)   | 100              | Chleb zwykły (1,7)   | 100              |
| Chleb razowy   | 35               | Masło(7)  | 15               | Masło(7)   | 15               | Chleb razowy   | 35               | Chleb razowy   | 35               |
| Masło(7)   | 15               | Pasta mięsna z kurczaka (6,9)   | 60               | Pasta mięsna z kurczaka (6,9)  | 60               | Masło(7)   | 15               | Masło(7)   | 15               |
| Pasta mięsna z kurczaka (6,9)  | 60               | Jajko na miękko (7)   | 50               | Jajko gotowane (7)   | 50               | Pasta mięsna z kurczaka (6,9)  | 60               | Pasta mięsna z kurczaka (6,9)  | 60               |
| Jajko gotowane (7)   | 50               | Salata mix, pomidor, kielki   | 50               | Salata mix, papryka, kielki  | 50               | Jajko gotowane (7)   | 50               | Jajko gotowane (7)   | 50               |
| Salata mix, papryka, kielki  | 50               |   |                  |  |                  | Salata mix, papryka, kielki  | 50               | Salata mix, papryka, kielki  | 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> |
| Banan  | 130              | Banan   | 130              | Mix sałat z vinegret i pestkami dyni   | 150              | Banan  | 130              | Banan  | 130              |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  |
| KCAL: 2553<br>BIAŁKO: 117g<br>TLUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g<br>Węglowodany 329g w tym cukry 23g<br>Sól 3,9g Błonnik 33g |                  | KCAL: 2581<br>BIAŁKO: 119g<br>TLUSZCZ: 97g, w tym NKT 43g<br>Węglowodany 311g w tym cukry 23g<br>Sól 3,7g Błonnik 36g |                  | KCAL: 2602<br>BIAŁKO: 126g<br>TLUSZCZ: 107g, w tym NKT 53g<br>Węglowodany 322g w tym cukry 19g<br>Sól 3,8g Błonnik 38g |                  | KCAL: 2553<br>BIAŁKO: 117g<br>TLUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g<br>Węglowodany 329g w tym cukry 23g<br>Sól 3,9g Błonnik 33g |                  | KCAL: 2644<br>BIAŁKO: 127g<br>TLUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g<br>Węglowodany 329g w tym cukry 23g<br>Sól 3,9g Błonnik 33g |                  |

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: 19.10.2024

| 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  | 15               | Salata lodowa   | 15               | Salata lodowa   | 15               | Szynka z kurczaka (6)   | 30               | Salata lodowa   | 15               |
| Pomidor  | 50               | Pomidor   | 50               | Pomidor   | 50               | Salata lodowa   | 15               | 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 ogórkowa (1,7,9) (G)  | 300              | Zupa ogórkowa (1,7,9) (G)   | 300              | Zupa ogórkowa (1,7,9) (G)   | 300              | Zupa ogórkowa (1,7,9) (G)   | 300              | Zupa ogórkowa (1,7,9) (G)   | 300              |
| Pulpet w sosie pomidorowym (1,3,7) (G)   | 100              | Pulpet w sosie pomidorowym(1,3,7) (G)   | 100              | Pulpet w sosie pomidorowym(1,3,7)(G)  | 100              | Pulpet w sosie pomidorowym(1,3,7)(G)  | 100              | Pulpet w sosie pomidorowym(1,3,7) (G)   | 100              |
| Ziemniaki (G)  | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              | Ziemniaki (G)   | 200              |
| Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)  | 100              | Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)   | 100              | Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)   | 100              | Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)   | 100              | Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)   | 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 салат, pomidor  | 50               | Mix салат, papryka  | 50               | Ser żółty(7)  | 30               | Ser żółty(7)  | 30               |
| Mix салат, papryka   | 50               |   |                  |   |                  | Mix салат, papryka  | 50               | Mix салат, 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> |
| <b>Mus owocowy</b>   | <b>100</b>       | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       | <b>Sok pomidorowy</b>   | <b>300</b>       | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       | <b>Mus owocowy</b>  | <b>100</b>       |
|  |                  |   |                  |   |                  |   |                  |   |                  |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  |
| <b>Kcal : 3166</b><br><b>BIAŁKO: 135g</b><br><b>TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 54g</b><br><b>Węglowodany 395g w tym cukry 18g</b><br><b>Sól 4 g błonnik 49g</b> |                  | <b>Kcal : 3068</b><br><b>BIAŁKO: 130g</b><br><b>TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 47g</b><br><b>Węglowodany 402g w tym cukry 18g</b><br><b>Sól 4,2g błonnik 45g</b> |                  | <b>KCAL: 3128</b><br><b>BIAŁKO: 134g</b><br><b>TŁUSZCZ: 123g, w tym NKT 54g</b><br><b>Węglowodany 395g w tym cukry 16g</b><br><b>Sól 4,1g błonnik 50g</b> |                  | <b>Kcal : 3222</b><br><b>BIAŁKO: 136g</b><br><b>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 57g</b><br><b>Węglowodany 412g w tym cukry 18g</b><br><b>Sól 4,2g błonnik 49g</b> |                  | <b>Kcal : 3222</b><br><b>BIAŁKO: 136g</b><br><b>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 57g</b><br><b>Węglowodany 412g w tym cukry 18g</b><br><b>Sól 4,2g błonnik 49g</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: 20.10.2024

| 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               |
| Ser żółty (7)  | 50               | Ser mozzarella (7)  | 50               | Ser żółty (7)  | 50               | Ser żółty (7)   | 50               | Ser żółty (7)   | 50               |
| Mix sałat  | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat  | 15               | Mix sałat   | 15               | Mix sałat   | 15               |
| Papryka  | 50               | Pomidor   | 50               | Papryka  | 50               | Papryka   | 50               | Papryka   | 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> |
|  |                  |   |                  | Kabanos  | 40               | Jogurt owocowy (7)  | 100              | Jogurt owocowy (7)  | 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> |
| 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              |
| 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 mini (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(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               | Galart drobiowy (7,9)   | 60               | Galart drobiowy(7,9)   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               | Szynka drobiowa (6)   | 60               |
| Galart drobiowy (7,9)  | 60               | Mix sałat i kielki  | 50               | Mix sałat i kielki   | 50               | Galart drobiowy (7,9)   | 60               | Galart drobiowy (7,9)   | 60               |
| Mix sałat i kielki   | 50               |   |                  |  |                  | Mix sałat i kielki  | 50               | Mix sałat i kielki  | 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> |
| <b>Nektarynka</b>  | <b>130</b>       | <b>Nektarynka</b>   | <b>130</b>       | <b>Kefir</b>   | <b>200</b>       | <b>Nektarynka</b>   | <b>130</b>       | <b>Nektarynka</b>   | <b>130</b>       |
| <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>   |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  | <b>Posumowanie dnia:</b>  |                  |
| <b>KCAL: 2575</b><br><b>BIAŁKO: 94g</b><br><b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b><br><b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 48g</b> |                  | <b>KCAL: 2489</b><br><b>BIAŁKO: 94g</b><br><b>TŁUSZCZ:80g, w tym NKT 44g</b><br><b>Węglowodany 370 g w tym cukry 27g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 49g</b> |                  | <b>Kcal : 2529</b><br><b>BIAŁKO: 101g</b><br><b>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 41g</b><br><b>Węglowodany 386g w tym cukry 17g</b><br><b>Sól 2,6g Błonnik 54g</b> |                  | <b>KCAL: 2687</b><br><b>BIAŁKO: 104g</b><br><b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b><br><b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 48g</b> |                  | <b>KCAL: 2687</b><br><b>BIAŁKO: 104g</b><br><b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b><br><b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b><br><b>Sól 3g Błonnik 48g</b> |                  |

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

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

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

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