



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

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

Data: 10.12.2024

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 kaszką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z kaszką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z kaszką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z kaszką (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z kaszką (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
Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta twarogowa (3,7.)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(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>
				Kefir (7)	200	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	40
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9)	300	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9)	300	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9)	300	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9)	300	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9)	300
Leczo warzywne z kielbasą S,D	350	Leczo warzywne z kielbasą S,D	350	Leczo warzywne z kielbasą S,D,	350	Leczo warzywne z kielbasą S,D	350	Leczo warzywne z kielbasą S,D	350
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 zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Mix sałat z tuńczykiem, i	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Mix sałat z tuńczykiem, i	150	tomatami i pomidorkami koktajlowymi	150	Mix sałat z tuńczykiem, i	150	Mix sałat z tuńczykiem, i	150	Mix sałat z tuńczykiem, i	150
tomatami i pomidorkami koktajlowymi		Schab pieczony (6)	30	tomatami i pomidorkami koktajlowymi		tomatami i pomidorkami koktajlowymi		tomatami i pomidorkami koktajlowymi	
Schab pieczony (6)	30			Schab pieczony (6)	30	Schab pieczony (6)	30	Schab pieczony (6)	30
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Sałátka z owoców sezonowych	100	Sałátka z owoców sezonowych	100	Pomidorki koktajlowe	100	Sałátka z owoców sezonowych	100	Sałátka z owoców sezonowych	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2927 BIAŁKO: 125g TŁUSZCZ:128g, w tym NKT 47g Węglowodany 333g w tym cukry 20g Sól 1g,Błonnik 33		KCAL: 2781 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 47g Węglowodany 328g w tym cukry 23g Sól 1g,Błonnik 33		Kcal : 2599 TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 51g BIAŁKO: 112g Węglowodany 345g w tym cukry 18g Sól 2,3g,Błonnik 39		KCAL: 3107 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g Węglowodany 363g w tym cukry 22g Sól 10g,Błonnik 35		KCAL: 3107 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g Węglowodany 363g w tym cukry 22g Sól 10g,Błonnik 35	

**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

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

Data: 11.12.2024

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)
Jagłanka na mleku (7)(G)	250	Jagłanka na mleku (7)(G)	250	Jagłanka na mleku (7)(G)	250	Jagłanka na mleku (7)(G)	250	Jagłanka na mleku (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 twarogu z zieloną (4,7)	60	Pasta z twarogu z koperkiem (7)	60	Pasta z twarogu z zieloną (4,7)	60	Pasta z twarogu z zieloną (4,7)	60	Pasta z twarogu z zieloną (4,7)	60
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Mix sałat , pomidor, ogórek,	15	Mix sałat , pomidor,	15	Mix sałat , pomidor, ogórek,	15	Mix sałat , pomidor, ogórek,	15	Mix sałat , pomidor, ogórek,	15
	60		60		60		60		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>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</b>	<b>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</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 pomidorowa z makaronem G (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9)	300
De volaille z serem S (1,3,7,.)	150	Rolada z warzywami (1,3)(D)	150	De volaille z serem S (1,3,7,.)	150	De volaille z serem S (1,3,7,.)	150	De volaille z serem S (1,3,7,.)	150
Ziemniaki puree	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Mix warzyw got(G)	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	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	Salatka z buraka z rukolą	100	Salatka z fetą z rukolą	100	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salatka z buraka z rukolą	100	Szynka drobiowa(6)	60	Salami (6)	60	Salatka z buraka z rukolą	100	Salatka z fetą z rukolą	100
Salami (6)	60					Salami	60	Salami	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>Mandarynka</b>	<b>130</b>	<b>Mandarynka</b>	<b>130</b>	<b>Sok warzywny</b>	<b>300</b>	<b>Mandarynka</b>	<b>130</b>	<b>Mandarynka</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: 2293</b> <b>BIAŁKO: 84g</b> <b>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 337g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 3,3g, Błonnik 39</b>		<b>KCAL: 2178</b> <b>BIAŁKO: 73g</b> <b>TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 342g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 3g, Błonnik 40</b>		<b>KCAL: 2248</b> <b>BIAŁKO: 92g</b> <b>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 3,4g, Błonnik 50</b>		<b>KCAL: 2498</b> <b>BIAŁKO: 97g</b> <b>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 342g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 3,3g, Błonnik 39</b>		<b>KCAL: 2498</b> <b>BIAŁKO: 97g</b> <b>TŁUSZCZ:84g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 342g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 3,3g, Błonnik 39</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

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

Data: 12.12.2024

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)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb 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 topiony (7)	50	Serek homogenizowany (7)	50	Serek topiony (7)	50	Serek topiony (7)	50	Serek topiony (7)	50
Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30
Papryka	50	Pomidor	50	Papryka	50	Papryka	50	Papryka	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>
				Kefir (7)	200	Gruszka	130	Gruszka	130
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ogórkowa z ziemniakami G	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami G	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami G (1,7,9)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami G	300
Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy S (1,7,9)	350	Naleśnik z twarogiem (1,3,7) (S)	350	Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) (S)	350	Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) (S)	350	Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) (S)	350
Surówka z marchewki	100	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(1,7)	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Galantyna drobiowa (7)	60	Galantyna drobiowa	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Galantyna drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	30	Ser żółty (7)	30	Galantyna drobiowa	60	Galantyna drobiowa	60
Ser żółty (7)	30	Pomidor	50	Papryka ,ogórek kiszony	50	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Papryka ,ogórek kiszony	50					Papryka ,ogórek kiszony	50	Papryka ,ogórek kiszony	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>
Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy	100	Sok pomidorowy	300	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2593 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ:107g, w tym NKT 51g Węglowodany 302g w tym cukry 19g Sól 3,8g,Błonnik 39g		KCAL: 2524 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:97g, w tym NKT 38g Węglowodany 292g w tym cukry 20g Sól 3,8g,Błonnik 33g		KCAL: 2685 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ:114g, w tym NKT 51g Węglowodany 351g w tym cukry 12g Sól 3,8g,Błonnik 49		KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g		KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g	

**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

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

Data: 13.12.2024

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)
Zacierka na mleku (1,7)(G)	250	Zacierka na mleku (1,7)(G)	250	Zacierka na mleku (1,7)(G)	250	Zacierka na mleku (1,7)(G)	250	Zacierka 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
Rolada z kurczaka (6,9)	60	Rolada z kurczaka	60	Rolada z kurczaka	60	Rolada z kurczaka (6,9)	60	Rolada z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty (7)	30	Ser biały homogenizowany (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Ogórek zielony	50	Pomidor	50	Ogórek zielony	50	Ogórek zielony	50	Ogórek zielony	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Stupki warzywne z hummusem	150	Budyń	150	Budyń	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 barszcz ukraiński (1,7,9) G	300	Zupa barszcz czysty (1,7,9) G	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) G	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) G	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) G	300
Ryba pieczona w sosie porowym P (1,4,7)	150	Ryba ugotowana w sosie śmietanowym (1,4,7)(G)	150	Ryba pieczona w sosie porowym (1,4,7)(P)	150	Ryba pieczona w sosie porowym (1,4,7)(P)	150	Ryba pieczona w sosie porowym (1,4,7)(P)	150
Ziemniaki G	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200
Brokuł gotowany	100	Mix warzyw got.(G)	100	Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (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	Pieczony pasztet (1,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczony pasztet (1,7)	60	Serek kanapkowy	60	Pieczony pasztet (1,7)	60	Pieczony pasztet (1,7)	60	Pieczony pasztet (1,7)	60
Mix serów	60	Mix sałat	20	Mix serów	60	Mix serów	60	Mix serów	60
Ogórek kiszony	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	Jogurt naturalny (7)	100	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 : 2646 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 50g Węglowodany 314g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 50g		Kcal : 2426 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 40g Węglowodany 334g w tym cukry 22g Sól 3,8g Błonnik 50g		Kcal : 2572 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 51g Węglowodany 369g w tym cukry 11g Sól 3,2g Błonnik 46g		Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g		Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g	

**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

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

Data: 14.12.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (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
Salata	20	Salata,	20	Salata,	20	Salata	20	Salata	20
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 (7)	200	Serek homogenizowany smakowy (7)	150	Serek homogenizowany smakowy (7)	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 z białych warzyw G(1,7,9)	300	Zupa z białych warzyw (1,7,9) (G)	300	Zupa z białych warzyw (1,7,9) (G)	300	Zupa z białych warzyw (1,7,9) (G)	300	Zupa z białych warzyw (1,7,9) (G)	300
Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) S	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (D)	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) S	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) S	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) 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	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat i kielków	50	Mix sałat i kielków	50	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat i kielków	50					Mix sałat i kielków	20	Mix sałat i kielków	20
<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>	Salatka z fetą (7)	100	<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>	
KCAL: 2425 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 39g Węglowodany 286g w tym cukry 17g Sól 3g Błonnik 47g		KCAL: 2355 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 88g, w tym NKT 33g Węglowodany 286g w tym cukry 17g Sól 3g Błonnik 44g		Kcal : 2367 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ: 96g, w tym NKT 39G Węglowodany 278g w tym cukry 18g Sól 3,1g Błonnik 49g		KCAL: 2585 BIAŁKO: 126g TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 39g Węglowodany 322g w tym cukry 17g Sól 3g Błonnik 47g		KCAL: 2585 BIAŁKO: 126g TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 39g Węglowodany 322g w tym cukry 17g Sól 3g Błonnik 47g	

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

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

Data: 15.12.2024

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(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salami (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Salami (6)	30	Salami (6)	30	Salami (6)	30
Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60
Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20
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 (7)	150	Serek wiejski (7)	150	Serek wiejski (7)	150
				Pomidorki koktajlowe	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 makronem G (1,3,7)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300
Gyros drobiowy S	150	Kurczak ugotowany (G)	150	Gyros drobiowy (S)	150	Gyros drobiowy (S)	150	Gyros drobiowy (S)	150
Ryż G	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Marchew gotowana(G)	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	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 (7)	60	Pieczeń rzymska (7)	60	Masło(7)	15	Pieczeń rzymska (7)	60
Pieczeń rzymska (7)	60	Salatka ogrodowa z fetą (1,7)	100	Salatka ogrodowa z fetą (1,7)	100	Pieczeń rzymska (7)	60	Salatka ogrodowa z fetą (1,7)	100
Salatka ogrodowa z fetą (1,7)	100			Salatka ogrodowa z fetą (1,7)	100	Salatka ogrodowa z fetą (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>
Kisiel (1)	120	Kisiel	120	Kisiel b/c	300	Kisiel	120	Kisiel	120
Jabłko	130	Jabłko	130			Jabłko	130	Jabłko	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2664</b> <b>BIAŁKO: 116g</b> <b>TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 51g</b> <b>Węglowodany 325g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 3g Błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 2595</b> <b>BIAŁKO: 112g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 331g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,5g Błonnik 44g</b>		<b>KCAL: 2465</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 42g</b> <b>Węglowodany 366g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 4,2g Błonnik 35g</b>		<b>KCAL: 2911</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 352g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2911</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 352g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,8g 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

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

Data: 16.12.2024

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)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko na miękko (3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70
Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30
Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
Parówka Zol (Stupca)	50	Pomidor	50	Ogórek kiszony	50	Parówka Zol (Stupca)	50	Parówka Zol (Stupca)	50
Ogórek kiszony	60	Salata	20	Salata	20	Ogórek kiszony	60	Ogórek kiszony	60
Salata	20					Salata	20	Salata	20
<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 z cebulką	100	Salatka pomidorowa z cebulką	100	Salatka pomidorowa z cebulką	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 G (1,7)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą G (1,7)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7)(G)	300
Kotlet mielony panierowany S(1,3)	120	Kotlet mielony duszony (1,3)(D)	120	Kotlet mielony panierowany(1,3)(S)	120	Kotlet mielony panierowany S(1,3)(S)	120	Kotlet mielony panierowany(1,3)(S)	120
Ziemniaki got.	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200
Groszek zielony duszony (7)	100	Mix sałat z jogurtem (7)	100	Groszek zielony duszony (7)(D)	100	Groszek zielony duszony (7)(D)	100	Groszek zielony duszony (7)(D)	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 z warzyw	50	Paszтет pieczony	50	Masło(7)	15	Paszтет pieczony	50
Paszтет pieczony	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Paszтет pieczony	60	Szynka drobiowa (6)	30
Szynka drobiowa (6)	30	Mix kielków	30	Ogórek kiszony	120	Szynka drobiowa (6)	30	Ogórek kiszony	120
Ogórek kiszony	120					Ogórek kiszony	120		
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt naturalny z płatkami (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2650 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:107g, w tym NKT48g Węglowodany 324g w tym cukry 25g Sól 3 g Błonnik 36g		KCAL: 2450 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 42g Węglowodany 314g w tym cukry 22g Sól 3g Błonnik 39g		Kcal : 2623 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 51g Węglowodany 295g w tym cukry 15g Sól 3,5g Błonnik 34g		KCAL: 2712 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT49g Węglowodany 314g w tym cukry 25g Sól 4,1g Błonnik 41g		KCAL: 2712 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT49g Węglowodany 314g w tym cukry 15g Sól 4,1g Błonnik 41g	

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

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

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



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

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

Data: 17.12.2024

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)
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 (1,6,11)	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 ze szczypiorkiem (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
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>
				Jabłko Serek wiejski (7)	150	Serek wiejski (7)	150	Serek wiejski (7)	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 jarzynowa G (1,7,9)	300	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)	300	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)	300	Zupa wiosenna (1,7,9)(G)	300	Zupa wiosenna (1,7,9)(G)	300
Kurczak curry z ryżem i warzywami S,D,(1,7,9)	350	Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)(D)	350	Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)(S,D)	350	Risotto z kurczakiem i warzywami (1,7,9)(S,D)	350	Risotto z kurczakiem i warzywami (1,7,9)(S,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	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 (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,	20	Salata mix,	20	Ser żółty (7)	50	Ser żółty (7)	50
Salata mix,	20	pomidor , kielki	50	papryka , kielki	50	Salata mix,	20	Salata mix,	20
papryka , kielki	50					papryka , kielki	50	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>
Mandarynka	130	Mandarynka	130	Sok pomidorowy	300	Mandarynka	130	Mandarynka	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2030 BIAŁKO: 85g TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 30g Węglowodany 275g w tym cukry 28g Sól 3,2g Błonnik 26g		KCAL: 2008 BIAŁKO: 87g TŁUSZCZ:67g, w tym NKT 26g Węglowodany 277g w tym cukry 22g Sól 3,1g Błonnik 28g		Kcal : 2188 BIAŁKO: 101g TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 34g Węglowodany 284g w tym cukry 31g Sól 2,8g Błonnik 31g		KCAL: 2277 BIAŁKO: 104g TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g Węglowodany 302g w tym cukry 32g Sól 3,2g Błonnik 30g		KCAL: 2277 BIAŁKO: 104g TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g Węglowodany 302g w tym cukry 32g Sól 3,2g Błonnik 30g	

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

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

Data: 18.12.2024

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)
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 zwykły (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
Twarożek z rzodkiewką (7)	60	Twarożek (7)	60	Twarożek z rzodkiewką (7)	60	Twarożek z rzodkiewką (7)	15	Twarożek z rzodkiewką (7)	60
Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	60	Szynka z kurczaka (6)	30
Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, kielki ,natka pietruszki)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	100
<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>Mus warzywny</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</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 Żurek z ziemniakami (1,7,9) G	300	Zupa Żurek z ziemniakami (1,7,9) G	300	Zupa Żurek z ziemniakami (1,7,9) G	300	Zupa Żurek z ziemniakami (1,7,9) G	300	Zupa Żurek z ziemniakami (1,7,9) G	300
Schab w sosie własnym D	150	Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym D	150	Schab w sosie własnym	150
Kasza kuskus G (1)	150	Kasza kuskus (1)(G)	150	Kasza kuskus (1)(G)	150	Kasza kuskus G (1)	150	Kasza kuskus (1)(D)	150
Mini marchewki G (7)	100	Sałata z jogurtem (7)	100	Mini marchewki (7)(G)	100	Mini marchewki G (7)	100	Mini marchewki (7)(G)	100
						<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, pomidor	50	Mix sałat, papryka	50	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Mix sałat, papryka	50					Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Serek homogenizowany smakowy (7)	100	Serek homogenizowany smakowy (7)	100	Jogurt naturalny (7)	100	Serek homogenizowany smakowy (7)	100	Serek homogenizowany smakowy (7)	100
Gruszka	130	Gruszka	130	Pomidorki	100	Gruszka	130	Gruszka	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2687</b> BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 44g Węglowodany 282g w tym cukry 22g Sól 5,4g błonnik 28g		<b>KCAL: 2619</b> BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 42g Węglowodany 277g w tym cukry 20g Sól 4,4g błonnik 26g		<b>Kcal : 2750</b> BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 55g Węglowodany 291g w tym cukry 18g Sól 5,4g błonnik 26g		<b>KCAL: 2913</b> BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g		<b>KCAL: 2913</b> BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g	

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

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

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



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

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

Data: 19.12.2024

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)
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	30	Ser kanapkowy (7)	30	Ser kanapkowy	30
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka drobiowa	30
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
Ogórek kiszony	120	Pomidor	120	Ogórek kiszony	120	Ogórek kiszony	120	Ogórek kiszony	120
<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 (7)	200	Baton pełnoziarnisty (1)	40	Baton pełnoziarnisty (1)	40
				Sucharki b/c	30				
<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 ryżem G (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9)(G)	300
Pierogi z mięsem G (1,7)	350	Pierogi z mięsem (1,7)(G)	350	Pierogi z mięsem (1,7)(G)	350	Pierogi z mięsem (1,7)(G)	350	Pierogi z mięsem (1,7)(G)	350
Surówka z kapusty kiszonej	100	Surówka z marchewki	100	Surówka z kapusty kiszonej	100	Surówka z kapusty kiszonej	100	Surówka z kapusty kiszonej	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 rybna (4,7)	60	Paprykarz (4)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paprykarz (4)	60	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50	Paprykarz (4)	60	Paprykarz (4)	60
Szynka drobiowa (6)	50	Mix sałata z pomidorem	50	Mix sałata z pomidorem	50	Szynka drobiowa (6)	50	Szynka drobiowa (6)	50
Mix sałata z pomidorem	50					Mix sałata z pomidorem	50	Mix sałata z pomidorem	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>
Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy	100	Sok warzywny	300	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
Jabłko	130	Jabłko	130			Jabłko	130	Jabłko	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2912</b> <b>BIAŁKO: 108g</b> <b>TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 33g</b> <b>Węglowodany 389g w tym cukry 50g</b> <b>Sól 2,5g błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2843</b> <b>BIAŁKO: 111g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 36g</b> <b>Węglowodany 385g w tym cukry 52g</b> <b>Sól 2,5g błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 3011</b> <b>BIAŁKO: 109g</b> <b>TŁUSZCZ:125g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 369g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 2,1g błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 3100</b> <b>BIAŁKO: 112g</b> <b>TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 414g w tym cukry 58g</b> <b>Sól 2,5g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 3100</b> <b>BIAŁKO: 112g</b> <b>TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 414g w tym cukry 58g</b> <b>Sól 2,5g błonnik 45g</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