



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

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

Data: 20.12.2024

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 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 krupnik z kaszą G (1,7,9)	300	Zupa krupnik z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z kaszą G (1,7,9)	300	Zupa krupnik z kaszą (1,7,9)(G)	300
Ryba filet smażony S (1,4,7,9)	150	Ryba filet na parze (1,4,7,9)(P)	150	Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)	150	Ryba filet smażony S (1,4,7,9)	150	Ryba filet smażony (1,4,7,9)(S)	150
Ziemniaki got.	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200
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	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>	
<b>KCAL: 2469</b> <b>BIAŁKO: 106g</b> <b>TŁUSZCZ: 85g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 357g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 2,2g Błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 2390</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ: 65g, w tym NKT 33g</b> <b>Węglowodany 334g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 2,1g Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2493</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ: 86g, w tym NKT 35g</b> <b>Węglowodany 342g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 2,4g Błonnik 49g</b>		<b>KCAL: 2538</b> <b>BIAŁKO: 106g</b> <b>TŁUSZCZ: 85g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 357g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 2,2g Błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 2538</b> <b>BIAŁKO: 106g</b> <b>TŁUSZCZ: 85g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 357g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 2,2g 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

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

Data: 21.12.2024

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 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 ziemniaczana G (1,3,7,9)	300	Zupa ziemniaczana (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana (1,3,7,9)(G)	300	Zupa ziemniaczana G (1,3,7,9)	300	Zupa ziemniaczana (1,3,7,9)(G)	300
Gulasz drobiowy z warzywami (D)	150	Gulasz drobiowy z warzywami (D)	150	Gulasz drobiowy z warzywami (D)	150	Gulasz drobiowy z warzywami(D)	150	Gulasz drobiowy z warzywami (D)	150
Kasza gryczana G	100	Kasza gryczana(G)	100	Kasza gryczana(G)	100	Kasza gryczana G	100	Kasza gryczana(G)	100
Buraczki	100	Buraczki (G)	100	Buraczki (G)	100	Buraczki	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>
Mandarynka	130	Mandarynka	130	Salatka grecka (7)	150	Mandarynka	130	Mandarynka	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2907</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 368g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 5,5g Błonnik 51g</b>		<b>KCAL: 2844</b> <b>BIAŁKO: 120g</b> <b>TŁUSZCZ 110g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 330g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 5,4g Błonnik 52 g</b>		<b>Kcal : 2749</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ;113g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 335g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 5,1g Błonnik 51g</b>		<b>KCAL: 2907</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 368g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 5,5g Błonnik 51g</b>		<b>KCAL: 2907</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 368g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 5,5g Błonnik 51g</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: 22.12.2024

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)
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 G (1,7,9)	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 P (1,3,7)	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	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 (7)	150	Serek wiejski	150	Serek wiejski	150	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 BIAŁKO: 136g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 50g Węglowodany 333g w tym cukry 32g Sól 4,1 g Błonnik 27g		KCAL: 2570 BIAŁKO: 134g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 40g Węglowodany 315 g w tym cukry 29g Sól 4 g Błonnik 28g		Kcal : 2976 BIAŁKO: 154g TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 54g Węglowodany 344g w tym cukry 23g Sól 4,1g Błonnik 38g		KCAL: 2949 BIAŁKO: 136g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 60g Węglowodany 333g w tym cukry 32g Sól 4,1 g Błonnik 27g		KCAL: 2949 BIAŁKO: 136g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 60g Węglowodany 333g w tym cukry 32g 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

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

Data: 23.12.2024

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 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>
				<b>Salatka z makaronu pełnoziarnistego z tuńczykiem (1,4,7,)</b>	<b>150</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa biały barszcz G (1,7,9)	300	Zupa biały barszcz (1,7,9)(G)	300	Zupa biały barszcz (1,7,9)(G)	300	Zupa biały barszcz G (1,7,9)	300	Zupa biały barszcz (1,7,9)(G)	300
Kluchy na pyrach okraszone kielbasą G (1,3)	350	Leniwe pierogi z masłem i cynamonem(G)	350	Kluchy na pyrach okraszone kielbasą(1,3)(G,S)	350	Kluchy na pyrach okraszone kielbasą G,S (1,3)	350	Kluchy na pyrach okraszone kielbasą(1,3)(G,S)	350
Kapusta kiszona gotowana(G,S)	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	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>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>	<b>Banan</b>	<b>130</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2506</b> <b>BIAŁKO: 98g</b> <b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b> <b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 5g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2727</b> <b>BIAŁKO: 108g</b> <b>TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 51g</b> <b>Węglowodany 357g w tym cukry 25g</b> <b>Sól 5g Błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 2669</b> <b>BIAŁKO: 95g</b> <b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 349g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 4,6g Błonnik 48g</b>		<b>KCAL: 2506</b> <b>BIAŁKO: 98g</b> <b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b> <b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 5g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2506</b> <b>BIAŁKO: 98g</b> <b>TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 55g</b> <b>Węglowodany 375g w tym cukry 26g</b> <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

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

Data: 24.12.2024 WIGILIA

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 kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb pszenny (1,7)	15	Chleb razowy (1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb razowy (1,7)	15
Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60
Twaróg na słono(7)	30	Twaróg na słono(7)	30	Twaróg na słono(7)	30	Twaróg na słono(7)	30	Twaróg na słono(7)	30
Dżem niskosłodzony	30	Dżem niskosłodzony	30	Dżem niskosłodzony	30	Dżem niskosłodzony	30	Dżem niskosłodzony	30
Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, kielki, natka)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	100	Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	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>
				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 rybna (1,4,7,9)(G)	300	Zupa rybna (1,4,7,9)(G)	300	Zupa rybna (1,4,7,9)(G)	300	Zupa rybna (1,4,7,9)(G)	300	Zupa rybna (1,4,7,9)(G)	300
Ryba filet smażona (1,4),(S)	100	Ryba filet pieczona w ziołach (1,4),(P)	100	Ryba filet smażona (1,4),(S)	100	Ryba filet pieczona w ziołach (1,4),(P)	100	Ryba filet smażona (1,4),(S)	100
Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200
Kapusta gotowana z grzybami(G)	100	Ziemniaki puree(G)	100	Kapusta gotowana z grzybami(G)	100	Kapusta gotowana z grzybami(G)	100	Kapusta gotowana z grzybami(G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło (7)	15	Masło (7)	15	Masło (7)	15	Masło (7)	15	Masło (7)	15
Barszczyk czerwony	250	Barszczyk czerwony	250	Barszczyk czerwony	250	Barszczyk czerwony	250	Barszczyk czerwony	250
Pasztecik z kapustą i pieczarkami	50	Pasztecik z makiem	50	Pasztecik z kapustą i pieczarkami	50	Pasztecik z makiem	50	Pasztecik z kapustą i pieczarkami	50
Ryba po grecku (4,7,9)	100	Ryba po grecku (4,7,9)	100	Ryba po grecku (4,7,9)	100	Ryba po grecku (4,7,9)	100	Ryba po grecku (4,7,9)	100
Salatka jarzynowa (1,3,7,9,)	100	Salatka jarzynowa (1,3,7,9,)	100	Salatka jarzynowa (1,3,7,9,)	100	Salatka jarzynowa (1,3,7,9,)	100	Salatka jarzynowa (1,3,7,9,)	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>
Mandarynka	70	Mandarynka	70	Mandarynka	70	Mandarynka	70	Mandarynka	70
Ciasto piernik (1,7)	50	Ciasto piernik (1,7)	50	Jogurt naturalny (7)	150	Ciasto piernik (1,7)	50	Ciasto piernik (1,7)	50
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 3230 BIAŁKO: 185g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 43g Węglowodany 362g w tym cukry 40g Sól 4,1 g błonnik 48g		KCAL: 3075 BIAŁKO: 156g TŁUSZCZ:121g, w tym NKT 43g Węglowodany 354g w tym cukry 43g Sól 4,2 g błonnik 46g		KCAL: 3101 BIAŁKO: 181g TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 51g Węglowodany 333g w tym cukry 39g Sól 3,6g błonnik 45g		KCAL: 3230 BIAŁKO: 185g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 43g Węglowodany 362g w tym cukry 40g Sól 4,1 g błonnik 48g		KCAL: 3230 BIAŁKO: 185g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 43g Węglowodany 362g w tym cukry 40g Sól 4,1 g błonnik 48g	

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: 25.12.2024 | DZIEŃ ŚWIĄT

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)
Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250	Jaglanka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb 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
Pieczeń ze śliwką(6)	60	Pieczeń ze śliwką(6)	60	Pieczeń ze śliwką(6)	60	Pieczeń ze śliwką(6)	60	Pieczeń ze śliwką(6)	60
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
Salatka ziemniaczana z koperkiem(7)	100	Salatka ziemniaczana z koperkiem(7)	100	Salatka ziemniaczana z koperkiem(7)	100	Salatka ziemniaczana z koperkiem(7)	100	Salatka ziemniaczana z koperkiem(7)	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>
				Galaretka z owocem	200	Ciasto sernik (1,3,7)	60	Ciasto sernik (1,3,7)	60
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300
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(D)	150
Ziemniaki (1,3,)(G)	200	Ziemniaki (1,3,)(G)	200	Ziemniaki (1,3,)(G)	200	Ziemniaki (1,3,)(G)	200	Ziemniaki (1,3,)(G)	200
Kapusta modra (G)	100	Marchew got.(G)	100	Kapusta modra (G)	100	Marchew got.(G)	100	Kapusta modra (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	Galart rybny(4,7)	60	Galart rybny(4,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Galart rybny(4,7)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Galart rybny(4,7)	60	Galart rybny(4,7)	60
Szynka drobiowa (6)	30	Salatka cezar z kurczakiem(1,7)	100	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Salatka cezar z kurczakiem(1,7)	100			Salatka cezar z kurczakiem(1,7)	100	Salatka cezar z kurczakiem(1,7)	100	Salatka cezar z kurczakiem(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>
Mandarynki	70	Mandarynki	70	Mandarynki	70	Mandarynki	70	Mandarynki	70
Pierniki	40	Pierniki	40	Sucharki	40	Pierniki	40	Pierniki	40
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 4077 BIAŁKO: 192g TŁUSZCZ: 137g, w tym NKT 52g Węglowodany 516g w tym cukry 28g Sól 4,2 g Błonnik 55g		KCAL: 3919 BIAŁKO: 190g TŁUSZCZ: 136g, w tym NKT 51g Węglowodany 502g w tym cukry 28g Sól 4g Błonnik 55g		KCAL: 3830 BIAŁKO: 187g TŁUSZCZ: 136g, w tym NKT 51g Węglowodany 524g w tym cukry 27g Sól 4,2g Błonnik 57g		KCAL: 4077 BIAŁKO: 192g TŁUSZCZ: 137g, w tym NKT 52g Węglowodany 516g w tym cukry 28g Sól 4,2 g Błonnik 55g		KCAL: 4077 BIAŁKO: 192g TŁUSZCZ: 137g, w tym NKT 52g Węglowodany 516g w tym cukry 28g Sól 4,2 g 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: 26.12.2024 II DZIEŃ ŚWIĄT

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250	Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)	250
kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,.)	100	Chleb pszenny (1,.)	100	Chleb razowy (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,.)	100	Chleb zwykły (1,.)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (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 pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	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>
				Serek homogenizowany	150	Serek homogenizowany	150	Serek homogenizowany	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 ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)(G)	300
Pierogi ruskie okraszone cebulką(1,7)(G,S)	350	Pierogi ruskie okraszone cebulką(1,7)(G,S)	350	Pierogi ruskie okraszone cebulką(1,7)(G,S)	350	Pierogi ruskie okraszone cebulką(1,7)(G,S)	350	Pierogi ruskie okraszone cebulką(1,7)(G,S)	350
Kapusta kiszona gotowana(G)	100	Marchew gotowana(G)	100	Kapusta kiszona gotowana(G)	100	Marchew gotowana(G)	100	Marchew 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	Salatka śledziowa(4,7)	100	Salatka śledziowa(4,7)	100	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salatka śledziowa(4,7)	100	Schab pieczony (6)	30	Schab pieczony (6)	30	Salatka śledziowa(4,7)	100	Salatka śledziowa(4,7)	100
Schab pieczony (6)	30	Pomidor	60	Ogórek kiszony	60	Schab pieczony (6)	30	Schab pieczony (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>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 3107</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 363g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 10g, Błonnik 35</b>		<b>KCAL: 3030</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:128g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 10g, Błonnik 45</b>		<b>Kcal : 3252</b> <b>BIAŁKO: 125g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 10g, Błonnik 41</b>		<b>KCAL: 3107</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 363g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 10g, Błonnik 35</b>		<b>KCAL: 3107</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 363g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 10g, Błonnik 35</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: 27.12.2024

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)
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
Szynka z kurczaka (6)	60	Szynka z kurczaka (6)	60	Szynka z kurczaka (6)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60
Dżem	30	Dżem	30	Ogórek	50	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30
Ogórek	50	Pomidor	50			Dżem	50	Dżem	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)	200	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa jarzynowa G (1,7,9)	300	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)	300	Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)	300	Zupa jarzynowa G (1,7,9)	300	Zupa jarzynowa (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>	
<b>KCAL: 2553</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 329g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 33g</b>		<b>KCAL: 2581</b> <b>BIAŁKO: 119g</b> <b>TŁUSZCZ: 97g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3,7g Błonnik 36g</b>		<b>Kcal : 2602</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ: 107g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2553</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 329g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 33g</b>		<b>KCAL: 2644</b> <b>BIAŁKO: 127g</b> <b>TŁUSZCZ: 104g, w tym NKT 53g</b> <b>Węglowodany 329g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 33g</b>	

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

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

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





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

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

Data: 28.12.2024

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 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					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>150</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>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 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 G (1,3,7)	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)	100
Ziemniaki G	200	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	100
Brokuł gotowany z masłem i bułką(G,S)	100	Brokuł gotowany(G)		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)	
<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>
Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Sok pomidorowy	300	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>Kcal : 3166</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 395g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 4 g błonnik 49g</b>		<b>Kcal : 3068</b> <b>BIAŁKO: 130g</b> <b>TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 402g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 4,2g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 3128</b> <b>BIAŁKO: 134g</b> <b>TŁUSZCZ: 123g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 395g w tym cukry 16g</b> <b>Sól 4,1g błonnik 50g</b>		<b>Kcal : 3222</b> <b>BIAŁKO: 136g</b> <b>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 412g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 4,2g błonnik 49g</b>		<b>Kcal : 3222</b> <b>BIAŁKO: 136g</b> <b>TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 412g w tym cukry 18g</b> <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

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

Data: 29.12.2024

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 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	Mandarynka	130	Mandarynka	130
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem G (1,7,9)	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 G(7)	100	Marchewka mini (7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7) (G)	100	Marchewka z groszkiem(7)	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>
Jogurt owocowy (7)	150	Jogurt owocowy (7)	150	Jogurt naturalny (7)	150	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>	
<b>KCAL: 2575</b> <b>BIAŁKO: 94g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 3g Błonnik 48g</b>		<b>KCAL: 2489</b> <b>BIAŁKO: 94g</b> <b>TŁUSZCZ:80g, w tym NKT 44g</b> <b>Węglowodany 370 g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 3g Błonnik 49g</b>		<b>Kcal : 2529</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 386g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 2,6g Błonnik 54g</b>		<b>KCAL: 2687</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b> <b>Sól 3g Błonnik 48g</b>		<b>KCAL: 2687</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 384g w tym cukry 27g</b> <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