



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

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

Data: 19.01.2025

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
Salami(6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Salami(6,9)	30	Salami(6,9)	30	Salami(6,9)	30
Ser biały (7)	50	Ser biały (7)	50	Ser biały (7)	50	Ser biały (7)	50	Ser biały (7)	50
Salata, pomidor	50	Salata ,pomidor	50	Salata ,pomidor	50	Salata, pomidor	50	Salata, pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Serek wiejski	200	Jabłko	150	Jabłko	150
				Wafle bez cukru	40				
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem 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
Pieczeń z karkówki P (1,7)	150	Schab gotowany (1,7)(G)	150	Pieczeń z karkówki (1,7)(P)	150	Pieczeń z karkówki (1,7)(P)	150	Pieczeń z karkówki (1,7)(P)	150
Ziemniaki G	100	Ziemniaki G	100	Ziemniaki G	100	Ziemniaki G	100	Ziemniaki G	100
Surówka z kapusty	100	Szpinak gotowany (G)	100	Surówka z kapusty	100	Surówka z kapusty	100	Surówka z kapusty	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	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	Serek kanapkowy (7)	30	Ser żółty (7)	30	Masło(7)	15	Ser żółty (7)	30
Ser żółty (7)	30	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta jajeczna (1,3,7)	60	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna (1,3,7)	60
Pasta jajeczna (1,3,7)	60	Mix salát i kielki ,pomidor ,	50	Mix salát i kielki ,pomidor ,	50	Pasta jajeczna (1,3,7)	60	Mix salát i kielki ,pomidor ,	50
Mix salát i kielki ,pomidor ,	50					Mix salát i kielki ,pomidor ,	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	Jogurt naturalny z płatkami zbożowymi (1,7)	150	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2794</b> <b>BIAŁKO: 99g</b> <b>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 349 g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 36g</b>		<b>KCAL: 2704</b> <b>BIAŁKO: 92g</b> <b>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 332g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 30g</b>		<b>Kcal : 2835</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 362g w tym cukry 9g</b> <b>Sól 3,6g Błonnik 35g</b>		<b>KCAL: 2862</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 367 g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 34g</b>		<b>KCAL: 2862</b> <b>BIAŁKO: 100g</b> <b>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 52g</b> <b>Węglowodany 367 g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 2,9g Błonnik 34g</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: 20.01.2025

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	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Twaróg z burakiem (7)	60	Twaróg z burakiem (7)	60	Twaróg z burakiem (7)	60	Twaróg z burakiem (7)	60	Twaróg z burakiem (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>
				Salatka cezar z kurczakiem (7)	150	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)	300
Kotlet drobiowy S (1,3,7,.)	150	Filet grillowany (1,7,.) (D)	150	Kotlet drobiowy S (1,3,7,.)	150	Kotlet drobiowy S (1,3,7,.)	150	Kotlet drobiowy S (1,3,7,.)	150
Ziemniaki G	200	Ziemniaki G	200	Ziemniaki G	200	Ziemniaki G	200	Ziemniaki G	200
Marchew z groszkiem D	100	Marchew duszona D	100	Marchew z groszkiem D	100	Marchew z groszkiem D	100	Marchew z groszkiem 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 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	Szynka z kurczaka(6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka z kurczaka (6,9)	60	Mix sałat i kielków ,pomidor	100	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60
Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)	150			Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)	150	Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)	150	Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100	Serek wiejski	150	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>	
<b>KCAL: 2785</b> <b>BIAŁKO: 119g</b> <b>TŁUSZCZ: 89g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 398g w tym cukry 34g</b> <b>Sól 3,6g błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2399</b> <b>BIAŁKO: 108g</b> <b>TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 313g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 3 g błonnik 43g</b>		<b>Kcal : 2768</b> <b>BIAŁKO: 129g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 35G</b> <b>Węglowodany 377g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 4,2g błonnik 57g</b>		<b>KCAL: 2843</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 408g w tym cukry 36g</b> <b>Sól 3,6g błonnik 52g</b>		<b>KCAL: 2843</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ: 92g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 408g w tym cukry 36g</b> <b>Sól 3,6g błonnik 52g</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: 21.01.2025

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
Rolada z kurczaka (6,9)	60	Rolada z kurczaka (6,9)	60	Rolada z kurczaka (6,9)	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
Salata, ogórek	50	Salata, pomidor	50	Salata, pomidor	50	Salata, ogórek	50	Salata, 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>
				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 kalafiorowa G (1,7,9)	300	Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)	300	Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)	300	Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)	300	Zupa kalafiorowa (1,7,9)g	300
Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką G,S, (1,7,9)	350	Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)	350	Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)	350	Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)	350	Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb 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	Pomidor	120	Mix serów	60	Mix serów	60	Mix serów	60
Ogórek kiszony	120			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>
Banan	130	Banan	130	Sok warzywny	330	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
Kcal : 2833 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ: 113g, w tym NKT 52g Węglowodany 340g w tym cukry 22g Sól 4,4g Błonnik 36g		KCAL: 2600 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ 102g, w tym NKT 47g Węglowodany 328g w tym cukry 22g Sól 3,2g Błonnik 31g		Kcal : 2826 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ: 119g, w tym NKT 56g Węglowodany 312g w tym cukry 9g Sól 5g Błonnik 41g		Kcal : 2925 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ: 119g, w tym NKT 56g Węglowodany 335g w tym cukry 22g Sól 4,4g Błonnik 36g		Kcal : 2925 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ: 119g, w tym NKT 56g Węglowodany 335g w tym cukry 22g Sól 4,4g Błonnik 36g	

**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: 22.01.2025

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
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, kielki	50	Salata, kielki	50	Salata, kielki	50	Salata, kielki	50	Salata, kielki	50
Rzodkiewki	50	Pomidor	50	Rzodkiewki	50	Rzodkiewki	50	Rzodkiewki	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Salatka z buraczkami i fetą (7)	150	Drożdżówka (1,7)	100	Drożdżówka (1,7)	100
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
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
Fasolka po bretońsku G (1,7)	150	Pulpet w sosie pomidorowym(1,7)(G)	150	Fasolka po bretońsku (1,7)(G)	150	Fasolka po bretońsku (1,7)(G)	150	Fasolka po bretońsku (1,7)(G)	150
Ziemniaki G	200	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
		Marchew gotowana (G)							
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z warzyw (3,7)	60	Pasta mięсна z warzywami (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta mięсна z warzywami (7)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta mięсна z warzywami (7)	60	Pasta mięсна z warzywami (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	50	Mix sałat i kielków	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 (7)	150	Serek homogenizowany (7)	150	Kefir (7)	200	Serek homogenizowany (7)	150	Serek homogenizowany (7)	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2324</b> <b>BIAŁKO: 108g</b> <b>TŁUSZCZ:78g, w tym NKT 59g</b> <b>Węglowodany 316g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 43g</b>		<b>KCAL: 2049</b> <b>BIAŁKO: 85g</b> <b>TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 279g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 3g Błonnik 43g</b>		<b>Kcal : 2437</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 68G</b> <b>Węglowodany 289g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 3,3g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2401</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:83g, w tym NKT 66g</b> <b>Węglowodany 328g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2401</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:83g, w tym NKT 66g</b> <b>Węglowodany 328g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 38g</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: 23.01.2025

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(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	30	Salami	30	Salami	30	Salami	30	Salami	30
Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Pomidorki polane oliwą z nasionami	150	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 krem z dyni G 1,7,9	300	Zupa krem z dyni (1,7,9)(G)	300	Zupa krem z dyni 1,7,9(G)	300	Zupa krem z dyni 1,7,9(G)	300	Zupa krem z dyni 1,7,9(G)	300
Stek z cebulą S (3,9)	150	Filet grillowany (P)	150	Stek z cebulą (3,9)(S)	150	Stek z cebulą (3,9)(S)	150	Stek z cebulą (3,9)(S)	150
Ziemniaki gotowane G	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200
Mizeria (7)	100	Mix warzyw gotowanych (G)	100	Mizeria (7)	100	Mizeria (7)	100	Mizeria (7)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pieczeń rzymska (7)	60	Pieczeń rzymska (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczeń rzymska (7)	60	Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150	Salatka z pomidorem fetą i rukolą (1,7)	150	Pieczeń rzymska (7)	60	Pieczeń rzymska (7)	60
Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150					Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150	Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Banan	130	Banan	130	Jogurt naturalny (7)	150	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2913 BIAŁKO: 136g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 52g Węglowodany 361g w tym cukry 26g Sól 4,1g Błonnik 58g		KCAL: 2456 BIAŁKO: 116g TŁUSZCZ:84g, w tym NKT 39g Węglowodany 330g w tym cukry 25g Sól 2,9g Błonnik 52g		KCAL: 2776 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 54g Węglowodany 313g w tym cukry 19g Sól 2,9 g Błonnik 54g		KCAL: 3039 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 59g Węglowodany 373g w tym cukry 20g Sól 3,3g Błonnik 52g		KCAL: 3039 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 59g Węglowodany 373g w tym cukry 20g Sól 3,3g Błonnik 52g	

**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: 24.01.2025

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
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
Salata, ogórek kiszony	50	Salata, pomidor	50	Salata, ogórek kiszony	50	Salata, ogórek kiszony	50	Salata, ogórek kiszony	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	200	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>
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 rybny w sosie koperkowym (4,7)(G)	100	Pulpet rybny (4,7)(G)	100	Pulpet rybny w sosie koperkowym (4,7)(G)	100	Pulpet rybny w sosie koperkowym (4,7)(G)	100	Pulpet rybny w sosie koperkowym (4,7)(G)	100
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
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(1)	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z warzyw	50	Pasta z warzyw	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z warzyw	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z warzyw	60	Pasta z warzyw	60
Szynka drobiowa (6)	30	Mix kielków	30	Ogórek kiszony	120	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Ogórek kiszony	120					Ogórek kiszony	120	Ogórek kiszony	120
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Sok warzywny	330	Sok warzywny	330	Sok warzywny	330	Sok warzywny	330	Sok warzywny	330
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2299</b> <b>BIAŁKO: 90g</b> <b>TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 293g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 4,2g Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2295</b> <b>BIAŁKO: 89g</b> <b>TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 38g</b> <b>Węglowodany 319g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 4,5g Błonnik 50g</b>		<b>Kcal : 2325</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ: 102g, w tym NKT 40g</b> <b>Węglowodany 300g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 5 g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2203</b> <b>BIAŁKO: 83g</b> <b>TŁUSZCZ: 86g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 293g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 4,2g Błonnik 36g</b>		<b>KCAL: 2203</b> <b>BIAŁKO: 83g</b> <b>TŁUSZCZ: 86g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 293g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 4,2g Błonnik 36g</b>	

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

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

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



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

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

Data: 25.01.2025

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 (1,6,11)	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 z rzodkiewką (7)	60	Twaróg z zieleniną (7)	60	Twaróg z rzodkiewką(7)	60	Twaróg z rzodkiewką (7)	60	Twaróg z rzodkiewką (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 ,ogórek	50	Salata, pomidor	50	Pomidor, ogórek	50	Pomidor ,ogórek	50	Pomidor ,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>
				Wafel ryżowy	40	Kisiel owocowy (1)	150	Kisiel owocowy (1)	150
				Salatka warzywna z fetą (7)	100				
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa barszcz biały G (1,9)	300	Zupa barszcz biały (1,9)(G)	300	Zupa barszcz biały (1,9)(G)	300	Zupa barszcz biały (1,9)(G)	300	Zupa barszcz biały (1,9)(G)	300
Gulasz drobiowy z pieczarkami	100	Gulasz drobiowy(1)(D)	100	Gulasz drobiowy z	100	Gulasz drobiowy z	100	Gulasz drobiowy z	100
S, D, (1)	100	Kasza gryczana(G)	100	pieczarkami(1)(S)	100	pieczarkami(1)(G,S)	100	pieczarkami(1)(G,S)	100
Kasza gryczana G	100	Brokuł got (G)	100	Kasza gryczana(G)	100	Kasza gryczana(G)	100	Kasza gryczana(G)	100
Brokuł got z masłem i bułką tartą				Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)	100	Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)	100	Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Szynka drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6,9)	60	Ser biały (7)	50	Ser żółty (7)	30	Szynka drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60
Ser żółty (7)	30	Salata mix, kielki	100	Salata mix, papryka, kielki	100	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Salata mix, papryka, kielki	100					Salata mix, papryka, kielki	100	Salata mix, papryka, kielki	100
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	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>	
KCAL: 2520 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 41g Węglowodany 301g w tym cukry 21g Sól 3,1g Błonnik 31g		KCAL: 2186 BIAŁKO: 119g TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 34g Węglowodany 279g w tym cukry 26g Sól 3,3g Błonnik 28g		Kcal : 2538 BIAŁKO: 141g TŁUSZCZ: 88g, w tym NKT 42g Węglowodany 309g w tym cukry 20g Sól 4,5g Błonnik 41g		KCAL: 2409 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 71g, w tym NKT 34g Węglowodany 330g w tym cukry 37g Sól 3,1g Błonnik 33g		KCAL: 2409 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 71g, w tym NKT 34g Węglowodany 330g w tym cukry 37g Sól 3,1g Błonnik 33g	

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

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

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



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

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

Data: 26.01.2025

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 zwykły (1,7)	15
Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60
Twaróg ze szczypiorkiem (7)	30	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	30	Twaróg ze szczypiorkiem	30	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	30	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	30
Dżem niskosłodzony	50	Dżem niskosłodzony	50	Szynka drobiowa	50	Dżem niskosłodzony	50	Dżem niskosłodzony	50
Ogórek zielony		Pomidor		Ogórek zielony		Ogórek zielony		Ogórek zielony	
<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	150	Banan	130	Banan	130
				Pomidorki z cebulką	150				
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem 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 w sosie koperkowym D (1,7)	150	Udko w sosie koperkowym D(1,7)	150	Udko w sosie koperkowym D (1,7)	150	Udko w sosie koperkowym D (1,7)	150	Udko w sosie koperkowym D (1,7)	150
Ryż G	100	Ryż G	100	Ryż G	100	Ryż G	100	Ryż G	100
Surówka z kapusty pekińskiej		Marchew gotowana (G)		Surówka z kapusty pekińskiej		Surówka z kapusty pekińskiej		Surówka z kapusty pekińskiej	
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło (7)	15	Masło (7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło (7)	15	Szynka drobiowa(6,9)	30	Ser żółty(7)	30	Masło (7)	15	Masło (7)	15
Ser żółty(7)	30	Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)	150	Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)	150	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)	150					Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)	150	Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Galaretką	150	Galaretką	150	Sok pomidorowy	330	Galaretką	150	Galaretką	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2770</b> <b>BIAŁKO: 130g</b> <b>TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 331g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 2,4 g błonnik 34g</b>		<b>KCAL: 2683</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 328g w tym cukry 29g</b> <b>Sól 2,4 g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 2801</b> <b>BIAŁKO: 122g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 44g</b> <b>Węglowodany 360g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 2,6g błonnik 42g</b>		<b>KCAL: 2700</b> <b>BIAŁKO: 118g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 351g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 2,4 g błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 2700</b> <b>BIAŁKO: 118g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g</b> <b>Węglowodany 351g w tym cukry 30g</b> <b>Sól 2,4 g błonnik 41g</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: 27.01.2025

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 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 (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60	Szynka drobiowa (6,9)	60
Serek kanapkowy z ziołami (7)	30	Serek kanapkowy z ziołami(7)	30	Serek kanapkowy z ziołami(7)	30	Serek kanapkowy z ziołami(7)	30	Serek kanapkowy z ziołami(7)	30
Salata, pomidor	50	Salata, pomidor	50	Salata, pomidor	50	Salata, pomidor	50	Salata, 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>
				Mix sałat w sosie vinegret Serek wiejski	200 150	Jabłko	150	Jabłko	150
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa z fasolki szparagowej G (1,7,9)	300	Zupa z fasolki szparagowej (1,7,9)(G)	300	Zupa z fasolki szparagowej (1,7,9)(G)	300	Zupa z fasolki szparagowej(1,7,9)(G)	300	Zupa z fasolki szparagowej (1,7,9)(G)	300
Pierogi z serem i musem truskawkowym G (1,3,7)	350	Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)	350	Pierogi z mięsem (1,3,7)(G)	350	Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)	350	Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło (7)	15	Masło (7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło (7)	15	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Masło (7)	15	Masło (7)	15
Szynka drobiowa(6,9)	30	Serek kanapkowy (7)	30	Ser żółty(7)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30
Ser żółty(7)	30	Salata ,pomidor	50	Salata, papryka	50	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Salata, papryka	50					Salata, papryka	50	Salata, 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 wiejski (7)	150	Serek wiejski	150	Serek wiejski	150	Serek wiejski	150	Serek wiejski	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2984 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 43g Węglowodany 382g w tym cukry 17g Sól 3,1 g błonnik 37g		KCAL: 2263 BIAŁKO: 78g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 307g w tym cukry 18g Sól 2,6 g błonnik 30g		KCAL: 2668 BIAŁKO: 89g TŁUSZCZ:125g, w tym NKT 43g Węglowodany 306g w tym cukry 16g Sól 1,9g błonnik 33g		KCAL: 2915 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 43g Węglowodany 373g w tym cukry 16g Sól 2,4 g błonnik 37g		KCAL: 2915 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 43g Węglowodany 373g w tym cukry 16g Sól 2,4 g błonnik 37g	

**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: 28.01.2025

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 razowy (1,6,11)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z tuńczyka (1,4,7,)	60	Pasta z tuńczyka (1,4,7,)	60	Pasta z tuńczyka (1,4,7,)	60	Pasta z tuńczyka (1,4,7,)	60	Pasta z tuńczyka (1,4,7,)	60
Ser żółty (7)	30	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,	100	Mix sałat pomidor, papryka, 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>
				Kefir,	200	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	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 szczawiowa G (1,7,9)	300	Zupa szczawiowa (1,7,9)(G)	300	Zupa szczawiowa (1,7,9)(G)	300	Zupa szczawiowa G (1,7,9)	300	Zupa szczawiowa (1,7,9)(G)	300
Medalion drobiowy z warzywami i papryką S,(1,3,7,9)	150	Medalion drobiowy z cukinią i papryką(1,3,7,9)(S)	150	Medalion drobiowy z cukinią i papryką(1,3,7,9)(S)	150	Medalion drobiowy z warzywami i papryką S,(1,3,7,9)	150	Medalion drobiowy z cukinią i papryką(1,3,7,9)(S)	150
Ziemniaki z koperkiem G	200	Ziemniaki z koperkiem(G)	200	Ziemniaki z koperkiem(G)	200	Ziemniaki z koperkiem G	200	Ziemniaki z koperkiem(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 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	Serek smakowy(7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Serek smakowy (7)	60	Szynka z kurczaka	30	Serek smakowy (7)	60	Serek smakowy (7)	60	Serek smakowy (7)	60
Szynka z kurczaka(6)	30	Mix sałata z kielkami	50	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30
Ogórek kiszony	120			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>
Sałatka z owoców sezonowych	100	Sałatka z owoców sezonowych	100	Stupki warzywne z hummusem	150	Sałatka z owoców sezonowych	100	Sałatka z owoców sezonowych	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2759</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 367g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 4,5g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2331</b> <b>BIAŁKO: 98g</b> <b>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 47g</b> <b>Węglowodany 293g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3 g Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2588</b> <b>BIAŁKO: 90g</b> <b>TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 347g w tym cukry 12g</b> <b>Sól 4,5g Błonnik 46g</b>		<b>KCAL: 2824</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 392g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 38g</b>		<b>KCAL: 2824</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 392g w tym cukry 20g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 38g</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