



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

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

Data: 05.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
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 jajeczna (3,7)	60	Pasta twarogowa (3,7,.)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30	Szynka gotowana(6,9)	30
Mix sałat pomidor,	50	Mix sałat pomidor,	50	Mix sałat pomidor,	50	Mix sałat pomidor,	50	Mix sałat 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	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	40
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) (G)	300
Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (G,S)	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (G,D)	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (G,S)	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (G,S)	350	Makaron z kurczakiem i szpinakiem (1,3,7) (G,S)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Salatka jarzynowa (4,7)	150	Salatka jarzynowa (4,7)	150	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salatka jarzynowa (4,7)	150	Schab pieczony (6)	30	Schab pieczony (6)	30	Salatka jarzynowa (4,7)	150	Salatka jarzynowa (4,7)	150
Schab pieczony (6)	30			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>
Kaszka manna	250	Kaszka manna	250	Salatka cezar	150	Kaszka manna	250	Kaszka manna	250
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2927 BIAŁKO: 125g TŁUSZCZ:128g, w tym NKT 47g Węglowodany 333g w tym cukry 20g Sól 1g,Błonnik 33		KCAL: 2781 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:123g, w tym NKT 47g Węglowodany 328g w tym cukry 23g Sól 1g,Błonnik 33		Kcal : 2599 TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 51g BIAŁKO: 112g Węglowodany 345g w tym cukry 18g Sól 2,3g,Błonnik 39		KCAL: 3107 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g Węglowodany 363g w tym cukry 22g Sól 10g,Błonnik 35		KCAL: 3107 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g Węglowodany 363g w tym cukry 22g Sól 10g,Błonnik 35	

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

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

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



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

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

Data: 06.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Jaglanka na mleku (7)(G)	250	Jaglanka na mleku (7)(G)	250	Jaglanka na mleku (7)(G)	250	Jaglanka na mleku (7)(G)	250	Jaglanka na mleku (7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z twarogu z makrelą (4,7)	60	Pasta z twarogu z koperkiem (7)	60	Pasta z twarogu z makrelą (4,7)	60	Pasta z twarogu z makrelą (4,7)	60	Pasta z twarogu z makrelą (4,7)	60
Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30
Mix sałat ,pomidor, ogórek,	50	Mix sałat ,pomidor, ogórek	50	Mix sałat ,pomidor, ogórek,	50	Mix sałat ,pomidor, ogórek,	50	Mix sałat ,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>
				Serek wiejski	150	Sok owocowy	330	Sok owocowy	330
				Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa krupnik z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik z ziemniakami (1,7,9)(G)	300
Kotlet w płatkach kukurydzianych(1,3,7)(S)	150	Filet grillowany (1,3)(D)	150	Kotlet w płatkach kukurydzianych(S)	150	Kotlet w płatkach kukurydzianych(1,3,7)(S)	150	Kotlet w płatkach kukurydzianych(S)	150
Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200	Ziemniaki puree(G)	200
Surówka z marchewki	100	Mix warzyw got	100	Surówka z marchewki	100	Surówka z marchewki	100	Surówka z marchewki	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	90	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Salatka z buraka	150	Salatka z buraka	150	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salatka z buraka	150	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Salatka z buraka	150	Salatka z buraka	150
Salami	30					Salami	30	Salami	30
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
BANAN	130	BANAN	130	Koktajl owocowy	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: 2293 BIAŁKO: 84g TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 35g Węglowodany 337g w tym cukry 26g Sól 3,3g, Błonnik 39		KCAL: 2178 BIAŁKO: 73g TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 35g Węglowodany 342g w tym cukry 26g Sól 3g, Błonnik 40		KCAL: 2248 BIAŁKO: 92g TŁUSZCZ:79g, w tym NKT 37g Węglowodany 333g w tym cukry 21g Sól 3,4g, Błonnik 50		KCAL: 2498 BIAŁKO: 97g TŁUSZCZ:84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 39		KCAL: 2498 BIAŁKO: 97g TŁUSZCZ:84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 39	

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

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

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



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

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

Data: 07.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
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
Jajko got z majonezem (3,7)	50	Jajko na miękko (3)	50	Jajko got z majonezem (3,7)	50	Jajko got z majonezem (3,7)	50	Jajko got z majonezem (3,7)	50
Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30	Szynka drobiowa(6,9)	30
Papryka	50	Pomidor	50	Papryka	50	Papryka	50	Papryka	50
Mix sałat, pomidor,	50	Mix sałat, pomidor,	50	Mix sałat, pomidor,	50	Mix sałat, pomidor,	50	Mix sałat, pomidor,	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Kefir (7)	200	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ogórkowa z ziemniakami(G)	300	Rosół wiedeński z kaszką(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami(G)	300
Krokiety z mięsem i kiszoną kapustą(1,7,9) (S)	350	Naleśnik z twarogiem (1,3,7) (S)	350	Krokiety z mięsem i kiszoną kapustą (1,7,9) (S)	350	Krokiety z mięsem i kiszoną kapustą(1,7,9) (S)	350	Krokiety z mięsem i kiszoną kapustą(1,7,9) (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(1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	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	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z pieczonych warzyw	60	Szynka drobiowa (6,9)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta z pieczonych warzyw	60	Pasta z pieczonych warzyw	60
Ser żółty (7)	30	Pomidor, marchewka	100	Papryka, marchewka	100	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Papryka ,marchewka	100			Papryka ,marchewka	100	Papryka ,marchewka	100	Papryka ,marchewka	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>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Sok pomidorowy	330	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>	
KCAL: 2593 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ:107g, w tym NKT 51g Węglowodany 302g w tym cukry 19g Sól 3,8g,Błonnik 39g		KCAL: 2524 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:97g, w tym NKT 38g Węglowodany 292g w tym cukry 20g Sól 3,8g,Błonnik 33g		KCAL: 2685 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ:114g, w tym NKT 51g Węglowodany 351g w tym cukry 12g Sól 3,8g,Błonnik 49		KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g		KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g	

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

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

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



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

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

Data: 08.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
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	60	Rolada z kurczaka	60	Rolada z kurczaka	60	Rolada z kurczaka	60	Rolada z kurczaka	60
Ser żółty (7)	30	Ser biały homogenizowany (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Ogórek zielony	50	Pomidor	50	Ogórek zielony	50	Ogórek zielony	50	Ogórek zielony	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Stupki warzywne z hummusem	150	Stupki warzywne z hummusem	150	Stupki warzywne z hummusem	150
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa jarzynowa(1,3,7,9) G	300	Zupa jarzynowa(1,3,7,9) G	300	Zupa jarzynowa(1,3,7,9) G	300	Zupa jarzynowa(1,3,7,9) G	300	Zupa jarzynowa(1,3,7,9) G	300
Ryba pieczona w sosie cytrynowym (4,7)(P)	150	Ryba gotowana w sosie cytrynowym (4,7)(G)	150	Ryba pieczona w sosie cytrynowym (4,7)(P)	150	Ryba pieczona w sosie cytrynowym (4,7)(P)	150	Ryba pieczona w sosie cytrynowym (4,7)(P)	150
Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki(G)	200
Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (G)	100	Brokuł gotowany (G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Dżem	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pieczony pasztet (1,7)	60	Serek kanapkowy	60	Pieczony pasztet (1,7)	60	Pieczony pasztet (1,7)	60	Pieczony pasztet (1,7)	60
Mix serów	60	Mix sałat	50	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	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 : 2646 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 50g Węglowodany 314g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 50g		Kcal : 2426 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 40g Węglowodany 334g w tym cukry 22g Sól 3,8g Błonnik 50g		Kcal : 2572 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 51g Węglowodany 369g w tym cukry 11g Sól 3,2g Błonnik 46g		Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g		Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g	

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

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

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



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

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

Data: 09.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60	Twaróg z koperkiem (7)	60
Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30
Salata „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>
				Kefir (7)	200	Galaretka z owocem	300	Galaretka z owocem	300
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa barszcz ukraiński (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(1,7,9)( G,S)	350	Pierogi leniwe z masłem i cynamonem (1,3,7)(G)	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			Kapusta kiszona gotowana(G)	100	Marchew 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	Szynka z kurczaka (6)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat i kielków	150	Mix sałat i kielków	150	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Mix sałat i kielków	150					Mix sałat i kielków	150	Mix sałat i kielków	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>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z buraka z fetą (7)	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: 2425</b> <b>BIAŁKO: 120g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 286g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2355</b> <b>BIAŁKO: 117g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 33g</b> <b>Węglowodany 286g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 44g</b>		<b>Kcal : 2367</b> <b>BIAŁKO: 118g</b> <b>TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 39G</b> <b>Węglowodany 278g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 3,1g Błonnik 49g</b>		<b>KCAL: 2585</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2585</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>	

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

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

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





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

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

Data: 10.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salami	30	Szynka drobiowa	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
Roszkonka, pomidor,	50	Roszkonka ,pomidor,	50	Roszkonka ,pomidor,	50	Roszkonka, pomidor,	50	Roszkonka, pomidor,	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
				Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300	Rosół z makronem (1,3,7)(G)	300
Gyros drobiowy (S)	150	Kurczak ugotowany (G)	150	Gyros drobiowy (S)	150	Gyros drobiowy (S)	150	Gyros drobiowy (S)	150
Ryż (G)	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200	Ryż (G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Marchew gotowana(G)	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb 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 burakiem, 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	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	Kisiel b/c	300	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2664 BIAŁKO: 116g TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 51g Węglowodany 325g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 37g		KCAL: 2595 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 41g Węglowodany 331g w tym cukry 32g Sól 3,5g Błonnik 44g		KCAL: 2465 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 42g Węglowodany 366g w tym cukry 19g Sól 4,2g Błonnik 35g		KCAL: 2911 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 54g Węglowodany 352g w tym cukry 32g Sól 3,8g Błonnik 40g		KCAL: 2911 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:119g, w tym NKT 54g Węglowodany 352g w tym cukry 32g Sól 3,8g Błonnik 40g	

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

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

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



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

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

Data: 11.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250	Owsianka na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko na miękko (3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70	Jajko z majonezem(3,7)	70
Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30	Szynka wieprzowa(6,9)	30
Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
Ogórek kiszony	50	Pomidor	50	Ogórek kiszony	50	Ogórek kiszony	50	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>
				Salatka pomidorowa z cebulką	200	Salatka pomidorowa z cebulką	200	Salatka pomidorowa z cebulką	200
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa pomidorowa z ryżem (1,3,7)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,3,7)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,3,7)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,3,7)(G)	300	Zupa pomidorowa z ryżem (1,3,7)(G)	300
Kotlet mielony panierowany(1,3)(S)	120	Pulpet w sosie koperkowym (1,3)(G)	120	Kotlet mielony panierowany (1,3)(S)	120	Kotlet mielony panierowany(1,3)(S)	120	Kotlet mielony panierowany (1,3)(S)	120
Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200	Ziemniaki got.(G)	200
Surówka z ogórka kiszzonego	100	Mix warzyw na parze (P)	100	Surówka z ogórka kiszzonego	100	Surówka z ogórka kiszzonego	100	Surówka z ogórka kiszzonego	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1)	100	Chleb razowy(1)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta z warzyw	50	Smalec z fasoli	50	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Smalec z fasoli	60	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Smalec z fasoli	60	Smalec z fasoli	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>
Drożdżówka	70	Drożdżówka	70	Jogurt naturalny z płatkami(1,7)	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>	
KCAL: 2650 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ: 107g, w tym NKT48g Węglowodany 324g w tym cukry 25g Sól 3 g Błonnik 36g		KCAL: 2450 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ: 99g, w tym NKT 42g Węglowodany 314g w tym cukry 22g Sól 3g Błonnik 39g		Kcal : 2623 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 109g, w tym NKT 51g Węglowodany 295g w tym cukry 15g Sól 3,5g Błonnik 34g		KCAL: 2712 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ: 109g, w tym NKT49g Węglowodany 314g w tym cukry 25g Sól 4,1g Błonnik 41g		KCAL: 2712 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ: 109g, w tym NKT49g Węglowodany 314g w tym cukry 15g Sól 4,1g Błonnik 41g	

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

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

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



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

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

Data: 12.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,6,11)	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 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>
				Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
				Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200	Serek wiejski (7)	200
<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)	300	Zupa jarzynowa(G)	300	Zupa jarzynowa(G)	300	Zupa jarzynowa(G)	300	Zupa jarzynowa(G)	300
Kaszotto z kurczakiem i pieczarkami (1,7,9)(D)	350	Kaszotto z kurczakiem i warzywami (1,7,9)(D)	350	Kaszotto z kurczakiem i pieczarkami (1,7,9)(D)	350	Kaszotto z kurczakiem i pieczarkami (1,7,9)(D)	350	Kaszotto z kurczakiem i pieczarkami (1,7,9)(D)	350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Ser biały (7)	50	Ser żółty (7)	50	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty (7)	50	Salata mix, pomidor , kielki	200	Salata mix, papryka , kielki	200	Ser żółty (7)	50	Ser żółty (7)	50
Salata mix, papryka , kielki	200					Salata mix, papryka , kielki	200	Salata mix, papryka , kielki	200
<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: 2030</b> <b>BIAŁKO: 85g</b> <b>TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 275g w tym cukry 28g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 26g</b>		<b>KCAL: 2008</b> <b>BIAŁKO: 87g</b> <b>TŁUSZCZ:67g, w tym NKT 26g</b> <b>Węglowodany 277g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3,1g Błonnik 28g</b>		<b>Kcal : 2188</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 34g</b> <b>Węglowodany 284g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 31g</b>		<b>KCAL: 2277</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 30g</b>		<b>KCAL: 2277</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 30g</b>	

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

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

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





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

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

Data: 13.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	60	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)	30	Szynka z kurczaka (6)	30
Salata lodowa, ogórek	50	Salata lodowa ,pomidor,	50	Salata lodowa ,ogórek	50	Szynka z kurczaka (6)	50	Salata lodowa, ogórek	50
						Salata lodowa, ogórek			
<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	Koktajl owocowy (7)	150	Koktajl owocowy (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 żurek z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa żurek z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa żurek z ziemniakami(1,7,9)(G)	300	Zupa żurek z ziemniakami (1,7,9) (G)	300	Zupa żurek z ziemniakami(1,7,9) (G)	300
Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym(D)	150	Schab w sosie własnym(D)	150
Pyzy (1)(G)	100	Pyzy (1)(G)	100	Pyzy (1)(G)	100	Pyzy (1)(G)	100	Pyzy (1)(G)	100
Mizeria (7)	100	Salata z jogurtem (7)	100	Mizeria (7)	100	Mizeria (7)	100	Mizeria (7)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka z kurczaka (6,9)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty(7)	30	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty(7)	30	Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Mix sałat, papryka	50					Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka ziemniaczana z ogórkiem	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>	
KCAL: 2687 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 44g Węglowodany 282g w tym cukry 22g Sól 5,4g błonnik 28g		KCAL: 2619 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 42g Węglowodany 277g w tym cukry 20g Sól 4,4g błonnik 26g		Kcal : 2750 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 55g Węglowodany 291g w tym cukry 18g Sól 5,4g błonnik 26g		KCAL: 2913 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g		KCAL: 2913 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g	

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

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

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



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

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

Data: 14.03.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
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
Ser kanapkowy	30	Ser kanapkowy	30	Ser kanapkowy	30	Ser kanapkowy	30	Ser kanapkowy	30
Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa	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>
				Serek wiejski	200	Baton pełnoziarnisty	40	Baton pełnoziarnisty	40
				Sucharki b/c	30				
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Barszcz czerwony z makronem (1,7,9)(G)	300	Barszcz czerwony z makronem (1,7,9)(G)	300	Barszcz czerwony z makronem (1,7,9)(G)	300	Barszcz czerwony z makronem (1,7,9)(G)	300	Barszcz czerwony z makronem (1,7,9)(G)	300
Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120	Gulasz węgierski (1)(D)	120
Placek ziemniaczany (1,3)(S)	100	Kasza jęczmienna (1)(G)	100	Kasza jęczmienna (1)(G)	100	Placek ziemniaczany (1,3)(S)	100	Kasza jęczmienna (1)(G)	100
Mix warzyw gotowanych (G)	200	Mix warzyw gotowanych (G)	200	Mix warzyw gotowanych (G)	200	Mix warzyw gotowanych (G)	200	Mix warzyw gotowanych (G)	200
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Pasta rybna (6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paprykarz	60	Ser biały plastry (7)	50	Paprykarz	60	Paprykarz	60	Paprykarz	60
Ser topiony (4)	50	Mix salata z pomidorem	150	Ser topiony (4)	50	Ser topiony (4)	50	Ser topiony (4)	50
Mix salata z pomidorem	150			Mix salata z pomidorem	150	Mix salata z pomidorem	150	Mix salata z pomidorem	150
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Banan	130	Banan	130	Sok pomidorowy	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: 2912 BIAŁKO: 108g TŁUSZCZ: 122g, w tym NKT 33g Węglowodany 389g w tym cukry 50g Sól 2,5g błonnik 43g		KCAL: 2843 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ: 105g, w tym NKT 36g Węglowodany 385g w tym cukry 52g Sól 2,5g błonnik 42g		KCAL: 3011 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ: 125g, w tym NKT 38g Węglowodany 369g w tym cukry 29g Sól 2,1g błonnik 47g		KCAL: 3100 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ: 129g, w tym NKT 38g Węglowodany 414g w tym cukry 58g Sól 2,5g błonnik 45g		KCAL: 3100 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ: 129g, w tym NKT 38g Węglowodany 414g w tym cukry 58g Sól 2,5g błonnik 45g	

**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