



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

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

Data: 12.08.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250	Płatki kukurydziane na mleku(G)	250
Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Salami (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Salami	30	Salami (6,9)	30	Salami (6,9)	30
Mix serów(7)	60	Pasta z warzyw	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20	Roszpinka	20
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Salatka pomidor z ogórkiem w jogurcie (7)	150	Serek wiejski	200	Serek wiejski	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 krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300	Zupa krupnik (1,7,9)(G)	300
Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150	Wieprzowina szarpana(D)	150
Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150	Kasza jęczmienna (G)	150
Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100	Buraczki gotowane(G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb 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 gotowana (7)	60	Szynka gotowana (7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka gotowana (7)	60	Salatka z rukolą ,tuńczykiem pomidorkami (4)	100	Salatka z rukolą ,tuńczykiem pomidorkami (4)	100	Szynka gotowana (7)	60	Szynka gotowana (7)	60
Salatka z rukolą ,tuńczykiem pomidorkami (4)	100					Salatka z rukolą ,tuńczykiem pomidorkami (4)	100	Salatka z rukolą ,tuńczykiem pomidorkami (4)	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>
Banan	130	Banan	130	Mus warzywny	100	Banan	130	Banan	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2469 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 40g Węglowodany 319g w tym cukry 39g Sól 3g Błonnik 28g		KCAL: 2525 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ:89g, w tym NKT 37g Węglowodany 329g w tym cukry 40g Sól 2,9g Błonnik 30g		KCAL: 2573 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 49g Węglowodany 283g w tym cukry 24g Sól 3,4g Błonnik 30g		KCAL: 2469 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 40g Węglowodany 319g w tym cukry 39g Sól 3g Błonnik 28g		KCAL: 2573 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ:103g, w tym NKT 49g Węglowodany 283g w tym cukry 24g Sól 3,4g Błonnik 30g	

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

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

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



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

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

Data: 13.08.2024

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
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
Ogórek	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Ogórek	50	Ogórek	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Warzywa z hummusem	130	Baton pełnoziarnisty	40	Baton pełnoziarnisty	40
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa krem pomidorowy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem pomidorowy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem pomidorowy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem pomidorowy (1,7,9)(G)	300	Zupa krem pomidorowy (1,7,9)(G)	300
Makaron penne z kurczakiem i sosem szpinakowym G,S, (1,3,7)	350	Makaron penne z kurczakiem i sosem szpinakowym G,S, (1,3,7)	350	Makaron penne z kurczakiem i sosem szpinakowym G,S, (1,3,7)	350	Makaron penne z kurczakiem i sosem szpinakowym G,S, (1,3,7)	350	Makaron penne z kurczakiem i sosem szpinakowym G,S, (1,3,7)	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	Dżem	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Ser kanapkowy (7)	30	Ser żółty (7)	30	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat i kielków, pomidor	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>
Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Serek wiejski	150	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2403 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 39g Węglowodany 281g w tym cukry 14g Sól 2,7g Błonnik 43g		KCAL: 2334 BIAŁKO: 119g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 39g Węglowodany 344g w tym cukry 14g Sól 2,9g Błonnik 40g		Kcal : 2606 BIAŁKO: 146g TŁUSZCZ:113g, w tym NKT 47g Węglowodany 279g w tym cukry 6g Sól 3g Błonnik 34g		133g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g Węglowodany 328g w tym cukry 14g Sól 2,7g Błonnik 43g		KCAL: 2681 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g Węglowodany 328g w tym cukry 14g Sól 2,7g Błonnik 43g	

**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: 14.08.2024

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 zwykły (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (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
Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Sok pomidorowy	330	Drożdżówka z owocem	70	Drożdżówka z owocem	70
				Baton zbożowy b/c	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 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	Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)	300
Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Pulpet ugotowany(1,3,7,9) (G)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150	Kotlet pożarski (1,3,7,9) (S)	150
Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (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(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	Szynka gotowana (6)	60	Szynka gotowana(6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka gotowana (6)	60	Dżem	50	Ser żółty (7)	30	Szynka gotowana (6)	60	Szynka gotowana (6)	60
Ser żółty (7)	30	Mix sałat	15	Papryka ,marchewka	50	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
Papryka ,marchewka	50	Pomidor	50			Papryka ,marchewka	50	Papryka ,marchewka	50
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100	Jogurt naturalny z płatkami	100	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
Jabłko	150	Jabłko	150	Pomidorki koktajlowe	100	Jabłko	150	Jabłko	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2264</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 254g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2 g, Błonnik 21g</b>		<b>KCAL: 2029</b> <b>BIAŁKO: 76g</b> <b>TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 229g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 1,7 g, Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2205</b> <b>BIAŁKO: 91g</b> <b>TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 243g w tym cukry 11g</b> <b>Sól 2,5g, Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2477</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,5g, Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2477</b> <b>BIAŁKO: 93g</b> <b>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 37g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 24g</b> <b>Sól 2,5g, Błonnik 29g</b>	

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

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

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



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

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

Data: 15.08.2024

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
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Kefir	200	Kefir	200	Kefir	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 brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300	Zupa brokułowi(G)	300
Kurczak w sosie śmietanowym(D)	120	Kurczak w sosie śmietanowym (1,3)(D)	120	Kurczak w sosie śmietanowym (D)	120	Kurczak w sosie śmietanowym(D)	120	Kurczak w sosie śmietanowym(D)	120
Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150	Ryż (G)	150
Fasolka szparagowa z masłem(G)	100	Mini marchewka (G)	100	Fasolka szparagowa z masłem(G)	100	Fasolka szparagowa z masłem(G)	100	Fasolka szparagowa z masłem(G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1)	100	Chleb 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	Galantyna drobiowa	50	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Galantyna drobiowa	60	Ser biały (7)	60	Galantyna drobiowa	60	Pasta z fasoli	60	Pasta z fasoli	60
Szynka drobiowa (6)	30	Mix kielków	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Ogórek kiszony	120	Pomidor	100	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>
Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Sałatką cesar	150	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2316 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ: 89g, w tym NKT 45g Węglowodany 273g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 36g		KCAL: 2179 BIAŁKO: 119g TŁUSZCZ: 76g, w tym NKT 47g Węglowodany 263g w tym cukry 22g Sól 3 g Błonnik 30g		Kcal : 2690 BIAŁKO: 141g TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 51g Węglowodany 324g w tym cukry 19g Sól 3,3g Błonnik 43g		KCAL: 2626 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 50g Węglowodany 331g w tym cukry 25g Sól 2,9g Błonnik 41g		KCAL: 2626 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ: 103g, w tym NKT 50g Węglowodany 331g w tym cukry 25g Sól 2,9g 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: 16.08.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kaszka manna na mleku (1,7)(G)	250	Kaszka manna na mleku (1,7)(G)	250	Kaszka manna na mleku (1,7)(G)	250	Kaszka manna na mleku (1,7)(G)	250	Kaszka manna na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Dżem	50	Dżem	50	Serek żółty	30	Dżem	50	Dżem	50
Serek kanapkowy (7)	30	Serek kanapkowy (7)	30	Serek kanapkowy (7)	30	Serek kanapkowy (7)	30	Serek kanapkowy (7)	30
Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Serek kanapkowy (7)	30	Mix sałat	15
Ogórek zielony	50	Pomidor	50	Ogórek zielony	50	Mix sałat	15	Ogórek zielony	50
						Ogórek zielony	50		
II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)	II Śniadanie	Ilość (g)
				Serek wiejski	150	Budyń śmietankowy	150	Budyń śmietankowy	150
				Salatka grecka z fetą	150				
Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)	Obiad	Ilość (g)
Zupa biały barszcz z makaronem(1,7,9)(G)	300	Zupa biały barszcz z makaronem (G)	300	Zupa biały barszcz z makaronem (G)	300	Zupa biały barszcz z makaronem (G)	300	Zupa biały barszcz z makaronem(G)	300
Ryba pieczona (4) (P)	120	Ryba ugotowana(G)	120	Ryba pieczona (P)	120	Ryba pieczona (P)	120	Ryba pieczona (P)	120
Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200	Ziemniaki gotowane (G)	200
Surówka z kapusty białej	100	Surówka z marchewki	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100	Surówka z kapusty białej	100
Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)	Podwieczorek	Ilość (g)
Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)	Kolacja	Ilość (g)
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	Twarożek z koperkiem (7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Pasta jajeczna (3,7)	60	Mix sałat ,kiełki, pomidor	50	Mix sałat, ogórek kiszony	50	Pasta jajeczna (3,7)	60	Pasta jajeczna (3,7)	60
Mix sałat, ogórek kiszony	50					Mix sałat, ogórek kiszony	50	Mix sałat, ogórek kiszony	50
Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)	Posiłek nocny	Ilość (g)
Sok owocowy	300	Sok owocowy	300	Sok warzywny	300	Sok owocowy	300	Sok owocowy	300
Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:		Posumowanie dnia:	
KCAL: 2566 BIAŁKO: 103g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 43g Węglowodany 325g w tym cukry 39g Sól 3,1 g błonnik 32g		KCAL: 2505 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 40g Węglowodany 309g w tym cukry 20g Sól 2,7 g błonnik 36g		KCAL: 2883 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:108g, w tym NKT 43g Węglowodany 323g w tym cukry 9g Sól 3g błonnik 39g		KCAL: 2720 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 41g Węglowodany 348g w tym cukry 23g Sól 3,1 g błonnik 41g		KCAL: 2720 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 41g Węglowodany 348g w tym cukry 23g Sól 3,1 g 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: 17.08.2024

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 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
Powidła	50	Powidła	50	Ser kanapkowy	50	Powidła	50	Powidła	50
Szynka salami	30	Szynka drobiowa	30	Szynka salami	30	Szynka salami	30	Szynka salami	30
Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15	Mix sałat	15
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>
				<b>Kabanosy</b>	<b>70</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)(G)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)(G)	300
Pierogi z truskawkami (1,3)(G)	350	Pierogi z truskawkami (1,3)(G)	350	Pierogi z mięsem (1,7)(G)	350	Pierogi z truskawkami (1,3)(G)	350	Pierogi z truskawkami (1,3)(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 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	Wędlina drobiowa (6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paszтет pieczony (6)	60	Salatka z burakiem, fetą i rukolą(1,7)	100	Paszтет pieczony (6)	60	Paszтет pieczony (6)	60	Paszтет pieczony (6)	60
Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	100			Salatka z fetą i rukolą, pomidorokami	100	Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	100	Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)	100
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Nektarynka	130	Nektarynka	130	Jogurt naturalny	100	Nektarynka	130	Nektarynka	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 1959 BIAŁKO: 88g TŁUSZCZ: 65g, w tym NKT 36g Węglowodany 272g w tym cukry 16g Sól 1,9g błonnik 33g		KCAL: 2019 BIAŁKO: 90g TŁUSZCZ: 65g, w tym NKT 35g Węglowodany 287g w tym cukry 17g Sól 2,5 g błonnik 37g		KCAL: 2124 BIAŁKO: 93g TŁUSZCZ: 79g, w tym NKT 38g Węglowodany 267g w tym cukry 17g Sól 2,7g błonnik 39g		KCAL: 2182 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 36g Węglowodany 311g w tym cukry 18g Sól 1,9g błonnik 40g		KCAL: 2182 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ: 70g, w tym NKT 36g Węglowodany 311g w tym cukry 18g Sól 1,9g 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: 18.08.2024

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(G)	250	Płatki owsiane na mleku(G)	250	Płatki owsiane na mleku(G)	250	Płatki owsiane na mleku(G)	250	Płatki owsiane 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
Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka drobiowa	30	Szynka drobiowa (6,9)	30	Szynka drobiowa (6,9)	30
Mix serów(7)	60	Pasta z warzyw	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60	Mix serów(7)	60
roszponka, pomidor, ogórek	50	roszponka, pomidor, ogórek,	50	roszponka, pomidor, ogórek,	50	roszponka, pomidor, ogórek	50	roszponka, 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>
				<b>Mus warzywny</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Rosół z makaronem (1,7,9)(G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9) (G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9) (G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9) (G)	300	Rosół z makaronem (1,7,9) (G)	300
Pieczeń z karkówki (P)	120	Schab gotowany(G)	120	Pieczeń z karkówki (P)	120	Pieczeń z karkówki(P)	120	Pieczeń z karkówki (P)	120
Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100	Ziemniaki(G)	100
Mizeria (7)	100	Mix sałat z jogurtem	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 zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35	Chleb razowy	35
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60	Galart drobiowy(3,7)	60
Salatka cezar z grzankami	100	Salatka cezar z grzankami	100	Salatka cezar z grzankami	100	Salatka cezar z grzankami	100	Salatka cezar z grzankami	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>
Jabłko	150	Jabłko	150	Serek wiejski	150	Jabłko	150	Jabłko	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		Kcal : 3448 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:137g, w tym NKT 46g Węglowodany 313g w tym cukry 26g Sól 3,6g Błonnik 36g		KCAL: 3211 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 315g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3211 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 315g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g	

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

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

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



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

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

Data: 19.08.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250	Kluski lane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60
Szynka gotowana (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30
Dżem	50	Dżem	50	Ogórek zielony	50	Dżem	50	Dżem	50
Ogórek zielony	50	Pomidor	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>
				Sok pomidorowy	330	Muffinka	60	Muffinka	60
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
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
De volaile ze szpinakiem S	120	Rolada ze szpinakiem gotowana(G)	120	De volaile ze szpinakiem S	120	De volaile ze szpinakiem S	120	De volaile ze szpinakiem S	120
Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100	Ziemniaki (G)	100
Surówka z kapusty	100	Warzywa na parze	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	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	Paszтет pieczony z żurawiną	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Paszтет pieczony z żurawiną	60	Ser kanapkowy (7)	50	Ser żółty (7)	50	Paszтет pieczony z żurawiną	60	Paszтет pieczony z żurawiną	60
Ser żółty (7)	50	Salata mix, pomidor, kielki	100	Salata mix, papryka, kielki	100	Ser żółty (7)	50	Ser żółty (7)	50
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>
Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Salatka z jajkiem i rzodkiewką (3,7)	150	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TLUSZCZ:93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g Błonnik 38g		KCAL: 2486 BIAŁKO: 125g TLUSZCZ:94g, w tym NKT 45g Węglowodany 291g w tym cukry 15g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2989 BIAŁKO: 146g TLUSZCZ:144g, w tym NKT 53g Węglowodany 292g w tym cukry 21g Sól 2,8g Błonnik 35g		KCAL: 2930 BIAŁKO: 130g TLUSZCZ:130g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 15g Sól 2,9g Błonnik 28g		KCAL: 2930 BIAŁKO: 130g TLUSZCZ:130g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 15g Sól 2,9g 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: 20.08.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)(G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	250	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Chleb zwykły (1,7)	100	Masło(7)	15
Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	15	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60
Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Szynka z kurczaka (6)	30
Salata lodowa	15	Salata lodowa	15	Salata lodowa	15	Szynka z kurczaka (6)	30	Salata lodowa	15
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50	Salata lodowa	15	Pomidor	50
						Pomidor	50		
<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>II Śniadanie</b>	<b>Ilość (g)</b>
				Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70	Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70	Wrap pełnoziarnisty z serkiem i warzywami	70
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300
Pulpet w sosie porowym (1,3,7) (D)	100	Pulpet w sosie porowym (1,3,7)(D)	100	Pulpet w sosie porowym (1,3,7) (D)	100	Pulpet w sosie porowym (1,3,7)(D)	100	Pulpet w sosie porowym (1,3,7) (D)	100
Kasza jęczmienna	100	Kasza jęczmienna	100	Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100	Kasza jęczmienna (G)	100
Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100	Mix warzyw gotowanych (7)(G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	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 homogenizowany 7)	50	Ser żółty(7)	30	Szynka z kurczaka (6,9)	60	Szynka z kurczaka (6,9)	60
Ser żółty(7)	30	Mix sałat, pomidor	50	Mix sałat, papryka	50	Ser żółty(7)	30	Ser żółty(7)	30
Mix sałat, papryka	50					Mix sałat, papryka	50	Mix sałat, papryka	50
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100	Sok pomidorowy	300	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
Jabłko	150	Jabłko	150			Jabłko	150	Jabłko	150
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2418</b> <b>BIAŁKO: 99g</b> <b>TŁUSZCZ: 89g, w tym NKT 43g</b> <b>Węglowodany 321g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 2,5g błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2463</b> <b>BIAŁKO: 94g</b> <b>TŁUSZCZ: 94g, w tym NKT 51g</b> <b>Węglowodany 329g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3,4g błonnik 40g</b>		<b>Kcal : 2699</b> <b>BIAŁKO: 114g</b> <b>TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 346g w tym cukry 9g</b> <b>Sól 4,3g błonnik 44g</b>		<b>KCAL: 3064</b> <b>BIAŁKO: 150g</b> <b>TŁUSZCZ: 114g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 369g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3,8g błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 3064</b> <b>BIAŁKO: 150g</b> <b>TŁUSZCZ: 114g, w tym NKT 57g</b> <b>Węglowodany 369g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3,8g 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

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

Data: 21.08.2024

1. DIETA PODSTAWOWA		2. DIETA ŁATWOSTRAWNA		3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ		5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA	
Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)	Śniadanie	Ilość (g)
Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250	Zupa mleczna z ryżem (G)	250
Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,6,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
Jajko got (3)	50	Jajko got. (3)	50	Jajko got (3)	50	Jajko got (3)	50	Jajko got (3)	50
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>
				<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b>	<b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b>
<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Obiad</b>	<b>Ilość (g)</b>
Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7,9)(G)	300
Kotlet schabowy (1,3,7)(S)	150	Schab gotowany (1,3,7)(G)	150	Kotlet schabowy (1,3,7)(S)	150	Kotlet schabowy (1,3,7)(S)	150	Kotlet schabowy (1,3,7)(S)	150
Ziemniaki(G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200	Ziemniaki (G)	200
Marchewka z groszkiem (7) (G)	100	Marchewka got. (7) (G)	100	Kalafior ugotowany (7) (G)	100	Marchewka z groszkiem (7) (G)	100	Marchewka z groszkiem (7) (G)	100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Ilość (g)</b>
herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250	herbata	250
Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	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)	60	Szynka drobiowa (6)	60	Masło(7)	15	Masło(7)	15
Szynka drobiowa (6)	60	Mix sałat z tuńczykiem	100	Mix sałat z tuńczykiem	100	Szynka drobiowa (6)	60	Szynka drobiowa (6)	60
Mix sałat z tuńczykiem	100	mix sałatek z kielkami		mix sałatek z kielkami		Mix sałat z tuńczykiem	100	Mix sałat z tuńczykiem	100
						mix sałatek z kielkami		mix sałatek z kielkami	
<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>	<b>Posiłek nocny</b>	<b>Ilość (g)</b>
<b>Nektarynka</b>	<b>130</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>130</b>	<b>Kabanosy</b>	<b>90</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>130</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>130</b>
<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>		<b>Posumowanie dnia:</b>	
<b>KCAL: 2578</b> <b>BIAŁKO: 113g</b> <b>TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 360 g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2665</b> <b>BIAŁKO: 111g</b> <b>TŁUSZCZ: 93g, w tym NKT 46g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 4g Błonnik 37g</b>		<b>Kcal : 2831</b> <b>BIAŁKO: 140g</b> <b>TŁUSZCZ: 110g, w tym NKT 50g</b> <b>Węglowodany 311g w tym cukry 5g</b> <b>Sól 5g Błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 2734</b> <b>BIAŁKO: 113g</b> <b>TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 372 g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 37g</b>		<b>KCAL: 2578</b> <b>BIAŁKO: 113g</b> <b>TŁUSZCZ: 98g, w tym NKT 45g</b> <b>Węglowodany 360 g w tym cukry 26g</b> <b>Sól 3,9g Błonnik 47g</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