



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

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

Data: 30.03.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                     |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                  |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                               |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                                |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                        |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) |
| Zupa mleczna z ryżem (G)                                                                                               | 250       | Zupa mleczna z ryżem(G)                                                                                               | 250       | Zupa mleczna z ryżem (G)                                                                                               | 250       | Zupa mleczna z ryżem (G)                                                                                               | 250       | Zupa mleczna z ryżem (G)                                                                                               | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata                                                                                                   | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                   | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                   | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                   | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       |
| Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        |
| Salami(6,9)                                                                                                            | 30        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                 | 30        | Salami(6,9)                                                                                                            | 30        | Salami(6,9)                                                                                                            | 30        | Salami(6,9)                                                                                                            | 30        |
| Ser biały (7)                                                                                                          | 50        | Ser biały (7)                                                                                                         | 50        | Ser biały (7)                                                                                                          | 50        | Ser biały (7)                                                                                                          | 50        | Ser biały (7)                                                                                                          | 50        |
| Salata, pomidor                                                                                                        | 50        | Salata ,pomidor                                                                                                       | 50        | Salata ,pomidor                                                                                                        | 50        | Salata, pomidor                                                                                                        | 50        | Salata, pomidor                                                                                                        | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) |
|                                                                                                                        |           |                                                                                                                       |           | Serek wiejski<br>Wafle bez cukru                                                                                       | 200<br>40 | Jabłko                                                                                                                 | 150       | Jabłko                                                                                                                 | 150       |
| Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) |
| Rosół z makaronem G (1,7,9)                                                                                            | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                           | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                            | 300       |
| Pieczeń z karkówki P (1,7)                                                                                             | 150       | Schab gotowany (1,7)(G)                                                                                               | 150       | Pieczeń z karkówki (1,7)(P)                                                                                            | 150       | Pieczeń z karkówki (1,7)(P)                                                                                            | 150       | Pieczeń z karkówki (1,7)(P)                                                                                            | 150       |
| Ziemniaki G                                                                                                            | 200       | Ziemniaki G                                                                                                           | 200       | Ziemniaki G                                                                                                            | 200       | Ziemniaki G                                                                                                            | 200       | Ziemniaki G                                                                                                            | 200       |
| Surówka z kapusty                                                                                                      | 100       | Kalafior ugotowany (G)                                                                                                | 100       | Surówka z kapusty                                                                                                      | 100       | Surówka z kapusty                                                                                                      | 100       | Surówka z kapusty                                                                                                      | 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 (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        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                   | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                          | 30        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        |
| Ser żółty (7)                                                                                                          | 30        | Pasta z pieczonych warzyw                                                                                             | 60        | Pasta jajeczna (1,3,7)                                                                                                 | 60        | Ser żółty (7)                                                                                                          | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                          | 30        |
| Pasta jajeczna (1,3,7)                                                                                                 | 60        | Mix sałat i kielki ,pomidor ,                                                                                         | 50        | Mix sałat i kielki ,pomidor ,                                                                                          | 50        | Pasta jajeczna (1,3,7)                                                                                                 | 60        | Pasta jajeczna (1,3,7)                                                                                                 | 60        |
| Mix sałat i kielki ,pomidor ,                                                                                          | 50        |                                                                                                                       |           |                                                                                                                        |           | Mix sałat i kielki ,pomidor ,                                                                                          | 50        | Mix sałat i kielki ,pomidor ,                                                                                          | 50        |
| Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) |
| Banan                                                                                                                  | 130       | Banan                                                                                                                 | 130       | Jogurt naturalny z płatkami<br>zbożowymi (1,7)                                                                         | 150       | Banan                                                                                                                  | 130       | Banan                                                                                                                  | 130       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           |
| KCAL: 2871<br>BIAŁKO: 107g<br>TŁUSZCZ:131g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 330 g w tym cukry 22g<br>Sól 3,2g Błonnik 33g |           | KCAL: 2816<br>BIAŁKO: 102g<br>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 38g<br>Węglowodany 312g w tym cukry 21g<br>Sól 2,2g Błonnik 30g |           | Kcal : 2850<br>BIAŁKO: 126g<br>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 288g w tym cukry 11g<br>Sól 3,1g Błonnik 39g |           | KCAL: 2965<br>BIAŁKO: 107g<br>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 353 g w tym cukry 22g<br>Sól 2,5g Błonnik 34g |           | KCAL: 2965<br>BIAŁKO: 107g<br>TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 52g<br>Węglowodany 353 g w tym cukry 22g<br>Sól 2,5g Błonnik 34g |           |

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

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

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



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

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

Data: 31.03.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                    |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                 |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                               |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                               |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                       |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) |
| Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                            | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                             | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                            | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                            | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                   | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                    | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                    | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                    | 100       |
| Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        |
| Twaróg z burakiem (7)                                                                                                 | 60        | Twaróg z burakiem (7)                                                                                                | 60        | Twaróg z burakiem (7)                                                                                                  | 60        | Twaróg z burakiem (7)                                                                                                 | 60        | Twaróg z burakiem (7)                                                                                                 | 60        |
| Szynka z kurczaka (6)                                                                                                 | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                  | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                 | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                 | 30        |
| Pomidor                                                                                                               | 50        | Pomidor                                                                                                              | 50        | Pomidor                                                                                                                | 50        | Pomidor                                                                                                               | 50        | Pomidor                                                                                                               | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) |
|                                                                                                                       |           |                                                                                                                      |           | Salatka cezar z kurczakiem (7)                                                                                         | 150       | Baton pełnoziarnisty(1)                                                                                               | 40        | Baton pełnoziarnisty(1)                                                                                               | 40        |
| Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) |
| Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)                                                                                | 300       | Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)                                                                               | 300       | Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)                                                                                 | 300       | Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)                                                                                | 300       | Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)(G)                                                                                | 300       |
| Kotlet mielony z warzywami S (1,3,7,.)                                                                                | 150       | Filet grillowany (1,7,.)                                                                                             | 150       | Kotlet mielony z warzywami S (1,3,7,.)                                                                                 | 150       | Kotlet mielony z warzywami S (1,3,7,.)                                                                                | 150       | Kotlet mielony z warzywami S (1,3,7,.)                                                                                | 150       |
| Ziemniaki G                                                                                                           | 200       | Ziemniaki G                                                                                                          | 200       | Ziemniaki G                                                                                                            | 200       | Ziemniaki G                                                                                                           | 200       | Ziemniaki G                                                                                                           | 200       |
| Marchew z groszkiem D                                                                                                 | 100       | Marchew duszona D                                                                                                    | 100       | Groszek zielony duszony D                                                                                              | 100       | Marchew z groszkiem D                                                                                                 | 100       | Marchew z groszkiem D                                                                                                 | 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 (1)                                                                                                    | 100       | Chleb razowy                                                                                                           | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                    | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                    | 100       |
| Chleb razowy                                                                                                          | 35        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Chleb razowy                                                                                                          | 35        | Chleb razowy                                                                                                          | 35        |
| Masło(7)                                                                                                              | 15        | Szynka z kurczaka(6,9)                                                                                               | 60        | Szynka z kurczaka (6,9)                                                                                                | 60        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        |
| Szynka z kurczaka (6,9)                                                                                               | 60        | Mix salat i kielków ,pomidor                                                                                         | 100       | Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)                                                                         | 150       | Szynka z kurczaka (6,9)                                                                                               | 60        | Szynka z kurczaka (6,9)                                                                                               | 60        |
| Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)                                                                        | 150       |                                                                                                                      |           |                                                                                                                        |           | Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)                                                                        | 150       | Salatka śledziowa z ogórkiem i koperkiem (4,7)                                                                        | 150       |
| Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) |
| Jogurt owocowy                                                                                                        | 100       | Jogurt owocowy                                                                                                       | 100       | Serek wiejski                                                                                                          | 150       | Jogurt owocowy                                                                                                        | 100       | Jogurt owocowy                                                                                                        | 100       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           |
| KCAL: 2645<br>BIAŁKO: 118g<br>TŁUSZCZ: 87g, w tym NKT 35g<br>Węglowodany 364g w tym cukry 30g<br>Sól 3,6g błonnik 42g |           | KCAL: 2247<br>BIAŁKO: 116g<br>TŁUSZCZ: 74g, w tym NKT 33g<br>Węglowodany 290g w tym cukry 26g<br>Sól 3 g błonnik 32g |           | Kcal : 2768<br>BIAŁKO: 129g<br>TŁUSZCZ:105g, w tym NKT 39g<br>Węglowodany 377g w tym cukry 28g<br>Sól 4,2g błonnik 57g |           | KCAL: 2820<br>BIAŁKO: 121g<br>TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 38g<br>Węglowodany 395g w tym cukry 30g<br>Sól 3,6g błonnik 42g |           | KCAL: 2820<br>BIAŁKO: 121g<br>TŁUSZCZ: 95g, w tym NKT 38g<br>Węglowodany 395g w tym cukry 30g<br>Sól 3,6g błonnik 42g |           |

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

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

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



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

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

Data: 01.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                      |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                 |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                                 |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                         |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                               | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                               | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                               | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                               | Ilość (g) |
| Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                              | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                              | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                              | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                              | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                              | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                           | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                              | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                              | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                              | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                      | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                      | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                      | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                      | 100       |
| Masło(7)                                                                                                                | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                                | 15        | Masło(7)                                                                                                                | 15        | Masło(7)                                                                                                                | 15        |
| Rolada z kurczaka (6,9)                                                                                                 | 60        | Rolada z kurczaka (6,9)                                                                                              | 60        | Rolada z kurczaka (6,9)                                                                                                 | 60        | Rolada z kurczaka (6,9)                                                                                                 | 60        | Rolada z kurczaka (6,9)                                                                                                 | 60        |
| Ser żółty (7)                                                                                                           | 30        | Ser biały homogenizowany (7)                                                                                         | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                           | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                           | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                           | 30        |
| Salata, ogórek                                                                                                          | 50        | Salata, pomidor                                                                                                      | 50        | Salata, pomidor                                                                                                         | 50        | Salata, ogórek                                                                                                          | 50        | Salata, ogórek                                                                                                          | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) |
|                                                                                                                         |           |                                                                                                                      |           | Serek wiejski (7)                                                                                                       | 150       | Serek wiejski (7)                                                                                                       | 150       | Serek wiejski (7)                                                                                                       | 150       |
| Obiad                                                                                                                   | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                   | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                   | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                   | Ilość (g) |
| Zupa kalafiorowa G (1,7,9)                                                                                              | 300       | Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)                                                                                          | 300       | Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)                                                                                             | 300       | Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)                                                                                             | 300       | Zupa kalafiorowa (1,7,9)(G)                                                                                             | 300       |
| Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką G,S, (1,7,9)                                                          | 350       | Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(D)                                                         | 350       | Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)                                                          | 350       | Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)                                                          | 350       | Makaron w sosie brokułowym z kurczakiem i papryką (1,7,9)(G,S)                                                          | 350       |
| 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        | Chleb razowy                                                                                                            | 15        | Chleb razowy                                                                                                            | 35        | Chleb razowy                                                                                                            | 35        |
| Masło(7)                                                                                                                | 15        | Pieczony pasztet (1,7)                                                                                               | 60        | Pieczony pasztet (1,7)                                                                                                  | 60        | Masło(7)                                                                                                                | 15        | Masło(7)                                                                                                                | 15        |
| Pieczony pasztet (1,7)                                                                                                  | 60        | Serek kanapkowy                                                                                                      | 60        | Mix serów                                                                                                               | 60        | Pieczony pasztet (1,7)                                                                                                  | 60        | Pieczony pasztet (1,7)                                                                                                  | 60        |
| Mix serów                                                                                                               | 60        | Pomidor                                                                                                              | 120       | Ogórek kiszony                                                                                                          | 120       | Mix serów                                                                                                               | 60        | Mix serów                                                                                                               | 60        |
| Ogórek kiszony                                                                                                          | 120       |                                                                                                                      |           |                                                                                                                         |           | Ogórek kiszony                                                                                                          | 120       | Ogórek kiszony                                                                                                          | 120       |
| Posiłek nocny                                                                                                           | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                           | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                           | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                           | Ilość (g) |
| Banan                                                                                                                   | 130       | Banan                                                                                                                | 130       | Sok warzywny                                                                                                            | 330       | Banan                                                                                                                   | 130       | Banan                                                                                                                   | 130       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                       |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                       |           | Posumowanie dnia:                                                                                                       |           | Posumowanie dnia:                                                                                                       |           |
| Kcal : 2661<br>BIAŁKO: 108g<br>TŁUSZCZ: 105g, w tym NKT 48g<br>Węglowodany 332g w tym cukry 22g<br>Sól 2,7g Błonnik 39g |           | KCAL: 2566<br>BIAŁKO: 99g<br>TŁUSZCZ 107g, w tym NKT 51g<br>Węglowodany 315g w tym cukry 22g<br>Sól 2,2g Błonnik 36g |           | Kcal : 2623<br>BIAŁKO: 124g<br>TŁUSZCZ: 112g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 294g w tym cukry 10g<br>Sól 3,7g Błonnik 41g |           | Kcal : 2813<br>BIAŁKO: 126g<br>TŁUSZCZ: 112g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 337g w tym cukry 22g<br>Sól 3,3g Błonnik 39g |           | Kcal : 2813<br>BIAŁKO: 126g<br>TŁUSZCZ: 112g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 337g w tym cukry 22g<br>Sól 3,3g Błonnik 39g |           |

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

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

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



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

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

Data: 02.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                   |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                               |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                              |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                              |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) |
| Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                      | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                         | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                               | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                    | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       |
| Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                           | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        |
| Twaróg z koperkiem (7)                                                                                               | 60        | Twaróg z koperkiem (7)                                                                                             | 60        | Twaróg z koperkiem (7)                                                                                                | 60        | Twaróg z koperkiem (7)                                                                                               | 60        | Twaróg z koperkiem (7)                                                                                               | 60        |
| Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                              | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                 | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        |
| Salata, kielki                                                                                                       | 50        | Salata, kielki                                                                                                     | 50        | Salata, kielki                                                                                                        | 50        | Salata, kielki                                                                                                       | 50        | Salata, kielki                                                                                                       | 50        |
| Rzodkiewki                                                                                                           | 50        | Pomidor                                                                                                            | 50        | Rzodkiewki                                                                                                            | 50        | Rzodkiewki                                                                                                           | 50        | Rzodkiewki                                                                                                           | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                       | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) |
|                                                                                                                      |           |                                                                                                                    |           | Salatka z buraczką i fetą (7)                                                                                         | 150       | Drożdżówka (1,7)                                                                                                     | 100       | Drożdżówka (1,7)                                                                                                     | 100       |
| Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                              | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) |
| Zupa jarzynowa G (1,7,9)                                                                                             | 300       | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)                                                                                          | 300       | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)                                                                                             | 300       | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa jarzynowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       |
| Fasolka po bretońsku G (1,7)                                                                                         | 150       | Pulpet w sosie pomidorowym(1,7)(G)                                                                                 | 150       | Fasolka po bretońsku (1,7)(G)                                                                                         | 150       | Pulpet w sosie pomidorowym(1,7)(G)                                                                                   | 150       | Pulpet w sosie pomidorowym(1,7)(G)                                                                                   | 150       |
| Ziemniaki G                                                                                                          | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                      | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                         | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                        | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                        | 200       |
|                                                                                                                      |           | Marchew gotowana (G)                                                                                               | 100       |                                                                                                                       |           | Marchew gotowana (G)                                                                                                 | 100       | Marchew gotowana (G)                                                                                                 | 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        | Pasta z warzyw (3,7)                                                                                               | 60        | Pasta mięsna z warzywami (7)                                                                                          | 60        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        |
| Pasta mięsna z warzywami (7)                                                                                         | 60        | Ser biały (7)                                                                                                      | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                         | 30        | Pasta mięsna z warzywami (7)                                                                                         | 60        | Pasta mięsna z warzywami (7)                                                                                         | 60        |
| Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        | Mix sałat i kielków                                                                                                | 50        | Mix sałat i kielków                                                                                                   | 50        | Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        |
| Mix sałat i kielków                                                                                                  | 50        |                                                                                                                    |           |                                                                                                                       |           | Mix sałat i kielków                                                                                                  | 50        | Mix sałat i kielków                                                                                                  | 50        |
| Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                      | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) |
| Serek homogenizowany (7)                                                                                             | 150       | Serek homogenizowany (7)                                                                                           | 150       | Kefir (7)                                                                                                             | 200       | Serek homogenizowany (7)                                                                                             | 150       | Serek homogenizowany (7)                                                                                             | 150       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                  |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           |
| KCAL: 2222<br>BIAŁKO: 115g<br>TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g<br>Węglowodany 260g w tym cukry 19g<br>Sól 4,2g Błonnik 29g |           | KCAL: 2129<br>BIAŁKO: 111g<br>TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 41g<br>Węglowodany 243g w tym cukry 18g<br>Sól 3g Błonnik 26g |           | Kcal : 2455<br>BIAŁKO: 124g<br>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 49G<br>Węglowodany 289g w tym cukry 18g<br>Sól 5,3g Błonnik 46g |           | KCAL: 2440<br>BIAŁKO: 120g<br>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g<br>Węglowodany 298g w tym cukry 30g<br>Sól 3,8g Błonnik 31g |           | KCAL: 2440<br>BIAŁKO: 120g<br>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g<br>Węglowodany 298g w tym cukry 30g<br>Sól 3,8g Błonnik 31g |           |

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

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

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



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

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

Data: 03.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                     |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                   |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                                |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                        |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                               | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                              | Ilość (g) |
| Płatki kukurydziane na mleku(G)                                                                                        | 250       | Płatki kukurydziane na mleku(G)                                                                                        | 250       | Płatki kukurydziane na mleku(G)                                                                                         | 250       | Płatki kukurydziane na mleku(G)                                                                                        | 250       | Płatki kukurydziane na mleku(G)                                                                                        | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                             | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                             | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                              | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                             | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                             | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                    | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                      | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                     | 100       |
| Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                                | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        |
| Salami                                                                                                                 | 30        | Salami                                                                                                                 | 30        | Salami                                                                                                                  | 30        | Salami                                                                                                                 | 30        | Salami                                                                                                                 | 30        |
| Mix serów(7)                                                                                                           | 60        | Mix serów(7)                                                                                                           | 60        | Mix serów(7)                                                                                                            | 60        | Mix serów(7)                                                                                                           | 60        | Mix serów(7)                                                                                                           | 60        |
| Pomidor                                                                                                                | 50        | Pomidor                                                                                                                | 50        | Pomidor                                                                                                                 | 50        | Pomidor                                                                                                                | 50        | Pomidor                                                                                                                | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) |
|                                                                                                                        |           |                                                                                                                        |           | Pomidorki polane oliwą z nasionami                                                                                      | 150       | Mus owocowy                                                                                                            | 100       | Mus owocowy                                                                                                            | 100       |
| Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                   | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                  | Ilość (g) |
| Zupa z białych warzyw G 1,7,9                                                                                          | 300       | Zupa z białych warzyw (1,7,9)(G)                                                                                       | 300       | Zupa z białych warzyw 1,7,9(G)                                                                                          | 300       | Zupa z białych warzyw G 1,7,9                                                                                          | 300       | Zupa z białych warzyw G 1,7,9                                                                                          | 300       |
| Stek z cebulą S (3,9)                                                                                                  | 150       | Filet w ziołach (D)                                                                                                    | 150       | Stek z cebulą (3,9)(S)                                                                                                  | 150       | Stek z cebulą S (3,9)                                                                                                  | 150       | Stek z cebulą S (3,9)                                                                                                  | 150       |
| Ziemniaki gotowane                                                                                                     | 200       | Ziemniaki gotowane (G)                                                                                                 | 200       | Ziemniaki gotowane (G)                                                                                                  | 200       | Ziemniaki gotowane (G)                                                                                                 | 200       | Ziemniaki gotowane (G)                                                                                                 | 200       |
| Surówka z kapusty kiszzonej                                                                                            | 100       | Mix warzyw gotowanych (G)                                                                                              | 100       | Surówka z kapusty kiszzonej                                                                                             | 100       | Surówka z kapusty kiszzonej                                                                                            | 100       | Surówka z kapusty kiszzonej                                                                                            | 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        | Pieczeń rzymska (7)                                                                                                    | 60        | Pieczeń rzymska (7)                                                                                                     | 60        | Masło(7)                                                                                                               | 15        | Masło(7)                                                                                                               | 15        |
| Pieczeń rzymska (7)                                                                                                    | 60        | Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)                                                                                | 150       | Salatka z pomidorem, fetą i rukolą (1,7)                                                                                | 150       | Pieczeń rzymska (7)                                                                                                    | 60        | Pieczeń rzymska (7)                                                                                                    | 60        |
| Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)                                                                                | 150       |                                                                                                                        |           |                                                                                                                         |           | Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)                                                                                | 150       | Salatka z burakiem, fetą i rukolą (1,7)                                                                                | 150       |
| Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                           | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                          | Ilość (g) |
| Banan                                                                                                                  | 130       | Banan                                                                                                                  | 130       | Jogurt naturalny (7)                                                                                                    | 150       | Banan                                                                                                                  | 130       | Banan                                                                                                                  | 130       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                       |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           | Posumowanie dnia:                                                                                                      |           |
| KCAL: 2882<br>BIAŁKO: 108g<br>TŁUSZCZ: 132g, w tym NKT 58g<br>Węglowodany 330g w tym cukry 34g<br>Sól 3,3g Błonnik 40g |           | KCAL: 2588<br>BIAŁKO: 110g<br>TŁUSZCZ: 109g, w tym NKT 50g<br>Węglowodany 307g w tym cukry 29g<br>Sól 2,9g Błonnik 37g |           | KCAL: 2707<br>BIAŁKO: 110g<br>TŁUSZCZ: 120g, w tym NKT 54g<br>Węglowodany 280g w tym cukry 21g<br>Sól 2,9 g Błonnik 44g |           | KCAL: 3006<br>BIAŁKO: 111g<br>TŁUSZCZ: 119g, w tym NKT 59g<br>Węglowodany 358g w tym cukry 29g<br>Sól 3,3g Błonnik 42g |           | KCAL: 3006<br>BIAŁKO: 111g<br>TŁUSZCZ: 119g, w tym NKT 59g<br>Węglowodany 358g w tym cukry 29g<br>Sól 3,3g Błonnik 42g |           |

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

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

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



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

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

Data: 04.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                  |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                            |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                             |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) |
| Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250       | Owsianka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       |
| Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        |
| Szynka wieprzowa(6,9)                                                                                               | 30        | Szynka wieprzowa(6,9)                                                                                               | 30        | Szynka wieprzowa(6,9)                                                                                               | 30        | Szynka wieprzowa(6,9)                                                                                               | 30        | Szynka wieprzowa(6,9)                                                                                               | 30        |
| Serek kanapkowy (7)                                                                                                 | 50        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                 | 50        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                 | 50        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                 | 50        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                 | 50        |
| Salata, ogórek kiszony                                                                                              | 50        | Salata, pomidor                                                                                                     | 50        | Salata, ogórek kiszony                                                                                              | 50        | Salata, ogórek kiszony                                                                                              | 50        | Salata, ogórek kiszony                                                                                              | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) |
|                                                                                                                     |           |                                                                                                                     |           | Kefir                                                                                                               | 200       | Mandarynka                                                                                                          | 130       | Mandarynka                                                                                                          | 130       |
| Obiad                                                                                                               | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g) |
| Zupa ogórkowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa ogórkowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa ogórkowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa ogórkowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa ogórkowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       |
| Filet rybny w sosie porowym (4,7)(D)                                                                                | 100       | Filet rybny w sosie ziołowym (4,7)(D)                                                                               | 100       | Filet rybny w sosie porowym (4,7)(D)                                                                                | 100       | Filet rybny w sosie porowym (4,7)(D)                                                                                | 100       | Filet rybny w sosie porowym (4,7)(D)                                                                                | 100       |
| Ziemniaki (G)                                                                                                       | 200       | Ziemniaki got.(G)                                                                                                   | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                       | 200       | Ziemniaki(G)                                                                                                        | 200       | Ziemniaki (G)                                                                                                       | 200       |
| Surówka z kapusty kiszonej                                                                                          | 100       | Surówka z marchewki                                                                                                 | 100       | Surówka z kapusty kiszonej                                                                                          | 100       | Surówka z kapusty kiszonej                                                                                          | 100       | Surówka z kapusty kiszonej                                                                                          | 100       |
| 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(1)                                                                                                    | 100       | Chleb razowy                                                                                                        | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                  | 100       |
| Chleb razowy                                                                                                        | 35        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Chleb razowy                                                                                                        | 35        | Chleb razowy                                                                                                        | 35        |
| Masło(7)                                                                                                            | 15        | Pasta z warzyw                                                                                                      | 50        | Pasta z warzyw                                                                                                      | 60        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        |
| Pasta z warzyw                                                                                                      | 60        | Szynka drobiowa (6)                                                                                                 | 30        | Szynka drobiowa (6)                                                                                                 | 30        | Pasta z warzyw                                                                                                      | 60        | Pasta z warzyw                                                                                                      | 60        |
| Szynka drobiowa (6)                                                                                                 | 30        | Mix kielków                                                                                                         | 30        | Ogórek kiszony                                                                                                      | 120       | Szynka drobiowa (6)                                                                                                 | 30        | Szynka drobiowa (6)                                                                                                 | 30        |
| Ogórek kiszony                                                                                                      | 120       |                                                                                                                     |           |                                                                                                                     |           | Ogórek kiszony                                                                                                      | 120       | Ogórek kiszony                                                                                                      | 120       |
| Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) |
| Sok warzywny                                                                                                        | 330       | Sok warzywny                                                                                                        | 330       | Sok warzywny                                                                                                        | 330       | Sok warzywny                                                                                                        | 330       | Sok warzywny                                                                                                        | 330       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                   |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |           |
| KCAL: 2275<br>BIAŁKO: 84g<br>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 51g<br>Węglowodany 297g w tym cukry 17g<br>Sól 4,2g Błonnik 40g |           | KCAL: 2300<br>BIAŁKO: 83g<br>TŁUSZCZ:89g, w tym NKT 51g<br>Węglowodany 310g w tym cukry 18g<br>Sól 4,2g Błonnik 39g |           | Kcal : 2423<br>BIAŁKO: 97g<br>TŁUSZCZ:98g, w tym NKT 40g<br>Węglowodany 307g w tym cukry 14g<br>Sól 5 g Błonnik 42g |           | KCAL: 2350<br>BIAŁKO: 84g<br>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 51g<br>Węglowodany 316g w tym cukry 20g<br>Sól 4,2g Błonnik 43g |           | KCAL: 2350<br>BIAŁKO: 84g<br>TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 51g<br>Węglowodany 316g w tym cukry 20g<br>Sól 4,2g 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

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

Data: 05.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                   |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                 |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                              |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                              |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) |
| Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                         | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Kluski lane na mleku (1,7)(G)                                                                                        | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                  | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       | Kawa zbożowa/herbata                                                                                                 | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb razowy (1,6,11)                                                                                                 | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       |
| Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        |
| Twaróg z rzodkiewką (7)                                                                                              | 60        | Twaróg z zieloniną (7)                                                                                               | 60        | Twaróg z rzodkiewką(7)                                                                                                | 60        | Twaróg z rzodkiewką (7)                                                                                              | 60        | Twaróg z rzodkiewką (7)                                                                                              | 60        |
| Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                 | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        | Szynka z kurczaka (6)                                                                                                | 30        |
| Pomidor ,ogórek                                                                                                      | 50        | Salata, pomidor                                                                                                      | 50        | Pomidor, ogórek                                                                                                       | 50        | Pomidor ,ogórek                                                                                                      | 50        | Pomidor ,ogórek                                                                                                      | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) |
|                                                                                                                      |           |                                                                                                                      |           | Wafel ryżowy                                                                                                          | 40        | Kisiel owocowy (1)                                                                                                   | 150       | Kisiel owocowy (1)                                                                                                   | 150       |
|                                                                                                                      |           |                                                                                                                      |           | Salatka warzywna z fetą (7)                                                                                           | 100       |                                                                                                                      |           |                                                                                                                      |           |
| Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) |
| Zupa barszcz biały G (1,9)                                                                                           | 300       | Zupa barszcz biały (1,9)(G)                                                                                          | 300       | Zupa barszcz biały (1,9)(G)                                                                                           | 300       | Zupa barszcz biały (1,9)(G)                                                                                          | 300       | Zupa barszcz biały (1,9)(G)                                                                                          | 300       |
| Gulasz drobiowy z pieczarkami S, D, (1)                                                                              | 100       | Gulasz drobiowy(1)(D)                                                                                                | 100       | Gulasz drobiowy z pieczarkami(1)(D)                                                                                   | 100       | Gulasz drobiowy z pieczarkami(1)(D)                                                                                  | 100       | Gulasz drobiowy z pieczarkami(1)(D)                                                                                  | 100       |
| Kasza gryczana G                                                                                                     | 100       | Kasza gryczana(G)                                                                                                    | 100       | Kasza gryczana(G)                                                                                                     | 100       | Kasza gryczana(G)                                                                                                    | 100       | Kasza gryczana(G)                                                                                                    | 100       |
| Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)                                                                               | 100       | Brokuł got (G)                                                                                                       | 100       | Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)                                                                                | 100       | Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)                                                                               | 100       | Brokuł got z masłem i bułką tartą(G,S)                                                                               | 100       |
| 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        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                 | 60        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        |
| Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Ser biały (7)                                                                                                        | 50        | Ser żółty (7)                                                                                                         | 30        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        |
| Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        | Salata mix, kielki                                                                                                   | 100       | Salata mix, papryka , kielki                                                                                          | 100       | Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        |
| Salata mix, papryka , kielki                                                                                         | 100       |                                                                                                                      |           |                                                                                                                       |           | Salata mix, papryka , kielki                                                                                         | 100       | Salata mix, papryka , kielki                                                                                         | 100       |
| Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) |
| Jogurt owocowy (7)                                                                                                   | 100       | Jogurt owocowy (7)                                                                                                   | 100       | Jogurt naturalny (7)                                                                                                  | 150       | Jogurt owocowy (7)                                                                                                   | 100       | Jogurt owocowy (7)                                                                                                   | 100       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           |
| KCAL: 2230<br>BIAŁKO: 119g<br>TŁUSZCZ:69g, w tym NKT 33g<br>Węglowodany 294g w tym cukry 26g<br>Sól 3,1g Błonnik 28g |           | KCAL: 2181<br>BIAŁKO: 112g<br>TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 34g<br>Węglowodany 280g w tym cukry 26g<br>Sól 3,3g Błonnik 28g |           | Kcal : 2620<br>BIAŁKO: 141g<br>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 40g<br>Węglowodany 340g w tym cukry 20g<br>Sól 4,5g Błonnik 41g |           | KCAL: 2384<br>BIAŁKO: 121g<br>TŁUSZCZ:69g, w tym NKT 33g<br>Węglowodany 330g w tym cukry 37g<br>Sól 3,1g Błonnik 33g |           | KCAL: 2384<br>BIAŁKO: 121g<br>TŁUSZCZ:69g, w tym NKT 33g<br>Węglowodany 330g w tym cukry 37g<br>Sól 3,1g Błonnik 33g |           |

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

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

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



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

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

Data: 06.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                    |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                  |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                              |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                               |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                       |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) |
| 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        |
| Twaróg ze szczypiorkiem (7)                                                                                           | 60        | Twaróg ze szczypiorkiem (7)                                                                                           | 60        | Twaróg ze szczypiorkiem                                                                                               | 60        | Twaróg ze szczypiorkiem (7)                                                                                           | 60        | Twaróg ze szczypiorkiem (7)                                                                                           | 60        |
| Dżem niskosłodzony                                                                                                    | 30        | Dżem niskosłodzony                                                                                                    | 30        | Szynka drobiowa                                                                                                       | 30        | Dżem niskosłodzony                                                                                                    | 30        | Dżem niskosłodzony                                                                                                    | 30        |
| Ogórek zielony                                                                                                        | 50        | Pomidor                                                                                                               | 50        | Ogórek zielony                                                                                                        | 50        | 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       | Banan                                                                                                                 | 130       | Banan                                                                                                                 | 130       |
|                                                                                                                       |           |                                                                                                                       |           | Pomidorki z cebulką                                                                                                   | 150       |                                                                                                                       |           |                                                                                                                       |           |
| Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) |
| Rosół z makaronem G (1,7,9)                                                                                           | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                           | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                           | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                           | 300       | Rosół z makaronem 1,7,9)(G)                                                                                           | 300       |
| Udko w sosie koperkowym D (1,7)                                                                                       | 150       | Udko w sosie koperkowym D(1,7)                                                                                        | 150       | Udko w sosie koperkowym D (1,7)                                                                                       | 150       | Udko w sosie koperkowym D (1,7)                                                                                       | 150       | Udko w sosie koperkowym D (1,7)                                                                                       | 150       |
| Ryż G                                                                                                                 | 100       | Ryż G                                                                                                                 | 100       | Ryż G                                                                                                                 | 100       | Ryż G                                                                                                                 | 100       | Ryż G                                                                                                                 | 100       |
| Surówka z kapusty pekińskiej                                                                                          | 100       | Marchew gotowana                                                                                                      | 100       | Surówka z kapusty pekińskiej                                                                                          | 100       | Surówka z kapusty pekińskiej                                                                                          | 100       | Surówka z kapusty pekińskiej                                                                                          | 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        | Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                  | 30        | Ser żółty(7)                                                                                                          | 30        | Masło (7)                                                                                                             | 15        | Masło (7)                                                                                                             | 15        |
| Ser żółty(7)                                                                                                          | 30        | Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)                                                                         | 150       | Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)                                                                         | 150       | Ser żółty(7)                                                                                                          | 30        | Ser żółty(7)                                                                                                          | 30        |
| Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)                                                                         | 150       |                                                                                                                       |           |                                                                                                                       |           | Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)                                                                         | 150       | Salatka makaronowa z szynką i warzywami (6,7)                                                                         | 150       |
| Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) |
| Galaretka                                                                                                             | 150       | Galaretka                                                                                                             | 150       | Sok pomidorowy                                                                                                        | 330       | Galaretka                                                                                                             | 150       | Galaretka                                                                                                             | 150       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           |
| KCAL: 2540<br>BIAŁKO: 111g<br>TŁUSZCZ:98g, w tym NKT 41g<br>Węglowodany 314g w tym cukry 29g<br>Sól 2,4 g błonnik 33g |           | KCAL: 2606<br>BIAŁKO: 111g<br>TŁUSZCZ:98g, w tym NKT 40g<br>Węglowodany 336g w tym cukry 30g<br>Sól 2,4 g błonnik 40g |           | KCAL: 2753<br>BIAŁKO: 133g<br>TŁUSZCZ:107g, w tym NKT 44g<br>Węglowodany 333g w tym cukry 16g<br>Sól 2,6g błonnik 44g |           | KCAL: 2700<br>BIAŁKO: 118g<br>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g<br>Węglowodany 351g w tym cukry 30g<br>Sól 2,4 g błonnik 41g |           | KCAL: 2700<br>BIAŁKO: 118g<br>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 41g<br>Węglowodany 351g w tym cukry 30g<br>Sól 2,4 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

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

Data: 07.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                   |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                 |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                            |                   | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                              |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g)         | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) |
| Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                          | 250               | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       | Jagłanka na mleku (1,7)(G)                                                                                           | 250       |
| Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                           | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                           | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                          | 250               | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                           | 250       | Kawa zbożowa/herbata (1,7)                                                                                           | 250       |
| Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb pszenny (1,7)                                                                                                  | 100       | Chleb razowy (1,7)                                                                                                  | 100               | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       | Chleb zwykły (1,7)                                                                                                   | 100       |
| Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15                | Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                             | 15        |
| Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                               | 60                | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        | Szynka drobiowa (6,9)                                                                                                | 60        |
| Serek kanapkowy z ziołami (7)                                                                                        | 30        | Serek kanapkowy z ziołami(7)                                                                                         | 30        | Serek kanapkowy z ziołami(7)                                                                                        | 30                | Serek kanapkowy z ziołami(7)                                                                                         | 30        | Serek kanapkowy z ziołami(7)                                                                                         | 30        |
| Salata, pomidor                                                                                                      | 50        | Salata, pomidor                                                                                                      | 50        | Salata, pomidor                                                                                                     | 50                | Salata, pomidor                                                                                                      | 50        | Salata, pomidor                                                                                                      | 50        |
| II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g)         | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) |
|                                                                                                                      |           |                                                                                                                      |           | Mix sałat w sosie vinegret<br>Serek wiejski                                                                         | 200<br>150        | Jabłko                                                                                                               | 150       | Jabłko                                                                                                               | 150       |
| Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g)         | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                | Ilość (g) |
| Zupa z fasolki szparagowej G (1,7,9)                                                                                 | 300       | Zupa z fasolki szparagowej (1,7,9)(G)                                                                                | 300       | Zupa z fasolki szparagowej (1,7,9)(G)                                                                               | 300               | Zupa z fasolki szparagowej(1,7,9)(G)                                                                                 | 300       | Zupa z fasolki szparagowej(1,7,9)(G)                                                                                 | 300       |
| Pierogi z serem i musem truskawkowym G (1,3,7)                                                                       | 350       | Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)                                                                      | 350       | Filet drobiowy grillowany(D)<br>Brokuły ugotowane(G)<br>Kasza gryczana(G)                                           | 100<br>150<br>100 | Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)                                                                      | 350       | Pierogi z serem i musem truskawkowym (1,3,7)(G)                                                                      | 350       |
| 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        | Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                 | 30        | Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                | 30                | Masło (7)                                                                                                            | 15        | Masło (7)                                                                                                            | 15        |
| Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                 | 30        | Serek kanapkowy (7)                                                                                                  | 30        | Ser żółty(7)                                                                                                        | 30                | Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                 | 30        | Szynka drobiowa(6,9)                                                                                                 | 30        |
| Ser żółty(7)                                                                                                         | 30        | Salata                                                                                                               | 50        | Salata, papryka                                                                                                     | 50                | Ser żółty(7)                                                                                                         | 30        | Ser żółty(7)                                                                                                         | 30        |
| Salata, papryka                                                                                                      | 50        |                                                                                                                      |           |                                                                                                                     |                   | Salata, papryka                                                                                                      | 50        | Salata, papryka                                                                                                      | 50        |
| Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g)         | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) |
| Serek wiejski (7)                                                                                                    | 150       | Serek wiejski                                                                                                        | 150       | Serek wiejski                                                                                                       | 150               | Serek wiejski                                                                                                        | 150       | Serek wiejski                                                                                                        | 150       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |                   | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                    |           |
| KCAL: 2304<br>BIAŁKO: 77g<br>TŁUSZCZ 89g, w tym NKT 49g<br>Węglowodany 305g w tym cukry 15g<br>Sól 2,7 g błonnik 25g |           | KCAL: 2221<br>BIAŁKO: 73g<br>TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 42g<br>Węglowodany 293g w tym cukry 15g<br>Sól 2,6 g błonnik 25g |           | KCAL: 2406<br>BIAŁKO: 81g<br>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 43g<br>Węglowodany 309g w tym cukry 7g<br>Sól 2,4g błonnik 41g |                   | KCAL: 2454<br>BIAŁKO: 78g<br>TŁUSZCZ:89g, w tym NKT 43g<br>Węglowodany 373g w tym cukry 15g<br>Sól 2,4 g błonnik 25g |           | KCAL: 2454<br>BIAŁKO: 78g<br>TŁUSZCZ:89g, w tym NKT 43g<br>Węglowodany 373g w tym cukry 15g<br>Sól 2,4 g błonnik 25g |           |

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

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

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



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

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

Data: 08.04.2025

| 1.DIETA PODSTAWOWA                                                                                                   |           | 2.DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                |           | 3.DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                              |           | 4.DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIĄCEJ                                                                               |           | 5.DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                       |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Śniadanie                                                                                                            | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                           | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) | Śniadanie                                                                                                             | Ilość (g) |
| Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)                                                                                        | 250       | Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)                                                                                       | 250       | Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)                                                                                         | 250       | Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)                                                                                         | 250       | Zupa mleczna z ryżem (1,7)(G)                                                                                         | 250       |
| kawa zbożowa /herbata (1,7)                                                                                          | 250       | kawa zbożowa /herbata (1,7)                                                                                         | 250       | kawa zbożowa /herbata (1,7)                                                                                           | 250       | kawa zbożowa /herbata (1,7)                                                                                           | 250       | kawa zbożowa /herbata (1,7)                                                                                           | 250       |
| Chleb zwykły (1,.)                                                                                                   | 100       | Chleb pszenny (1,.)                                                                                                 | 100       | Chleb razowy (1,6,11)                                                                                                 | 100       | Chleb zwykły (1,.)                                                                                                    | 100       | Chleb razowy (1,6,11)                                                                                                 | 100       |
| Masło(7)                                                                                                             | 15        | Masło(7)                                                                                                            | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        |
| Pasta z tuńczyka (1,4,7,.)                                                                                           | 60        | Pasta z tuńczyka (1,4,7,.)                                                                                          | 60        | Pasta z tuńczyka (1,4,7,.)                                                                                            | 60        | Pasta z tuńczyka (1,4,7,.)                                                                                            | 60        | Pasta z tuńczyka (1,4,7,.)                                                                                            | 60        |
| Ser żółty (7)                                                                                                        | 30        | Ser biały (7)                                                                                                       | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                         | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                         | 30        | Ser żółty (7)                                                                                                         | 30        |
| Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,                                                                         | 100       | Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,                                                                        | 100       | Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,                                                                          | 100       | Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,                                                                          | 100       | Mix sałat pomidor, papryka, oliwa, koperek ,                                                                          | 100       |
| II Śniadanie                                                                                                         | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                        | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) | II Śniadanie                                                                                                          | Ilość (g) |
|                                                                                                                      |           |                                                                                                                     |           | Kefir,                                                                                                                | 200       | Baton zbożowy                                                                                                         | 40        | Baton zbożowy                                                                                                         | 40        |
| Obiad                                                                                                                | Ilość (g) | Obiad                                                                                                               | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) | Obiad                                                                                                                 | Ilość (g) |
| Zupa szczawiowa G (1,7,9)                                                                                            | 300       | Zupa szczawiowa (1,7,9)(G)                                                                                          | 300       | Zupa szczawiowa (1,7,9)(G)                                                                                            | 300       | Zupa szczawiowa G (1,7,9)                                                                                             | 300       | Zupa szczawiowa G (1,7,9)                                                                                             | 300       |
| Medalion drobiowy z warzywami i papryką S,(1,3,7,9)                                                                  | 150       | Medalion drobiowy z cukinią i papryką(1,3,7,9)(S)                                                                   | 150       | Medalion drobiowy z cukinią i papryką(1,3,7,9)(S)                                                                     | 150       | Medalion drobiowy z warzywami i papryką S,(1,3,7,9)                                                                   | 150       | Medalion drobiowy z warzywami i papryką S,(1,3,7,9)                                                                   | 150       |
| Ziemniaki z koperkiem G                                                                                              | 200       | Ziemniaki z koperkiem(G)                                                                                            | 200       | Ziemniaki z koperkiem(G)                                                                                              | 200       | Ziemniaki z koperkiem G                                                                                               | 200       | Ziemniaki z koperkiem G                                                                                               | 200       |
| Surówka z marchewki                                                                                                  | 100       | Surówka z marchewki                                                                                                 | 100       | Surówka z marchewki                                                                                                   | 100       | Surówka z marchewki                                                                                                   | 100       | Surówka z marchewki                                                                                                   | 100       |
| 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        | Serek smakowy(7)                                                                                                    | 60        | Serek smakowy (7)                                                                                                     | 60        | Masło(7)                                                                                                              | 15        | Masło(7)                                                                                                              | 15        |
| Serek smakowy (7)                                                                                                    | 60        | Szynka z kurczaka                                                                                                   | 30        | Szynka z kurczaka(6)                                                                                                  | 30        | Serek smakowy (7)                                                                                                     | 60        | Serek smakowy (7)                                                                                                     | 60        |
| Szynka z kurczaka(6)                                                                                                 | 30        | Mix sałata z kielkami                                                                                               | 50        | Ogórek kiszony                                                                                                        | 120       | Szynka z kurczaka(6)                                                                                                  | 30        | Szynka z kurczaka(6)                                                                                                  | 30        |
| Ogórek kiszony                                                                                                       | 120       |                                                                                                                     |           |                                                                                                                       |           | Ogórek kiszony                                                                                                        | 120       | Ogórek kiszony                                                                                                        | 120       |
| Posiłek nocny                                                                                                        | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                       | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) | Posiłek nocny                                                                                                         | Ilość (g) |
| Salatka z owoców sezonowych                                                                                          | 100       | Salatka z owoców sezonowych                                                                                         | 100       | Stupki warzywne z hummusem                                                                                            | 150       | Salatka z owoców sezonowych                                                                                           | 100       | Salatka z owoców sezonowych                                                                                           | 100       |
| Posumowanie dnia:                                                                                                    |           | Posumowanie dnia:                                                                                                   |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           | Posumowanie dnia:                                                                                                     |           |
| KCAL: 2667<br>BIAŁKO: 106g<br>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 49g<br>Węglowodany 363g w tym cukry 23g<br>Sól 3,5g Błonnik 38g |           | KCAL: 2560<br>BIAŁKO: 100g<br>TŁUSZCZ:92g, w tym NKT 44g<br>Węglowodany 348g w tym cukry 23g<br>Sól 3 g Błonnik 33g |           | KCAL: 2633<br>BIAŁKO: 113g<br>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 49g<br>Węglowodany 336g w tym cukry 15g<br>Sól 4,5g Błonnik 40g |           | KCAL: 2824<br>BIAŁKO: 109g<br>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 54g<br>Węglowodany 392g w tym cukry 23g<br>Sól 3,7g Błonnik 38g |           | KCAL: 2824<br>BIAŁKO: 109g<br>TŁUSZCZ:101g, w tym NKT 54g<br>Węglowodany 392g w tym cukry 23g<br>Sól 3,7g Błonnik 38g |           |

**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