



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

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

**Data: 11.07.2025, piątek**

**\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                             | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                    | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                        | 4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMIACEJ                                                                                                                                                                                        | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                               |
| Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek żółty – 30g (7)<br>jajko gotowane – 50g (3,G)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g<br>jabłko – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek żółty – 30g (7)<br>jajko gotowane – 50g (3,G)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g (bez skórki)<br>jabłko pieczone – 100g P | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek żółty – 30g (7)<br>jajko gotowane – 50g (3,G)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                             | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek żółty – 30g (7)<br>jajko gotowane – 50g (3,G)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek żółty – 30g (7)<br>jajko gotowane – 50g (3,G)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jabłko – 100g<br>Marchewka – 100g                                                                                                                                                                                | Jabłko – 100g<br>Marchewka tarta – 100g                                                                                                                                                                                        | Jabłko – 100g<br>Marchewka tarta – 100g                                                                                                                                                                                        |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                   |
| Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (1,7,9) G<br>Ryba pieczona z warzywami – 120g (1,4) P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Sok – 200g                                 | Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (1,7,9) G<br>Ryba pieczona z warzywami – 120g (1,4) P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Buraczki gotowane – 180g (G)<br>Sok – 200g                                                                                                  | Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (1,7,9) G<br>Ryba pieczona z warzywami – 120g (1,4) P<br>Ziemniaki z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Woda – 200g | Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (1,7,9) G<br>Ryba pieczona z warzywami – 120g (1,4) P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Sok – 200g                | Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (1,7,9) G<br>Ryba pieczona z warzywami – 120g (1,4) P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Sok – 200g                |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                 | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                 |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło – 20g (7)<br>dżem – 30g<br>ser żółty – 60g (7)<br>sałata – 5g<br>ogórek – 55g                                                                                       | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło – 20g (7)<br>dżem – 30g<br>twarożek z warzywami – 60g (7)<br>pomidor – 60g (bez skórki)                                                                                                                              | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło – 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 60g (7)<br>sałata – 5g<br>ogórek – 55g                                                                           | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło – 20g (7)<br>dżem – 30g<br>ser żółty – 60g (7)<br>sałata – 5g<br>ogórek – 55g                                                                      | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło – 20g (7)<br>dżem – 30g<br>ser żółty – 60g (7)<br>sałata – 5g<br>ogórek – 55g                                                                      |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                           |
| Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                                                | Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                                      | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                      | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                         | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                       | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                       |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2301,6<br>Białko [g] – 112,9<br>Tłuszcz [g] – 72,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 281,4<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                     | Wartość energetyczna [kcal] – 2104,7<br>Białko [g] – 118,7<br>Tłuszcz [g] – 60,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 329,5<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 36                                                                                | Wartość energetyczna [kcal] – 2151,6<br>Białko [g] – 112,9<br>Tłuszcz [g] – 72,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 259,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 52                    | Wartość energetyczna [kcal] – 2301,8<br>Białko [g] – 112,9<br>Tłuszcz [g] – 72,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 281,3<br>Cukry proste [g] – 60,2<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                  | Wartość energetyczna [kcal] – 2301,8<br>Białko [g] – 112,9<br>Tłuszcz [g] – 72,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 281,3<br>Cukry proste [g] – 60,2<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                  |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 12.07.2025, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                 | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                       | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                         | 4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                                             | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek topiony – 40g (7)<br>parówka – 80g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g<br>banan – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek topiony – 40g (7)<br>parówka – 80g<br>sałata – 10g<br>pomidor bez skórki – 50g<br>banan – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek topiony – 40g (7)<br>parówka – 80g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek topiony – 40g (7)<br>parówka – 80g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło – 20g (7)<br>serek topiony – 40g (7)<br>parówka – 80g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                 | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                         | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                               | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                 | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             | Salatka pomidor z fetą – 150g (7)                                                                                                                                                                 | Salatka pomidor z fetą – 150g (7)                                                                                                                                                                                                   | Biskupcziki – 40g (1,3,7)<br>Banan – 150g                                                                                                                                                                                           |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                      | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa krupnik– 300ml (1,7,9) G<br>Gzik – 120g (7)<br>Pyry z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kiszzonego ogórka z olejem słonecznikowym – 200g<br>Sok – 200g                                                                                           | Zupa krupnik– 300ml (1,7,9) G<br>Delikatny gzik – 120g (7)<br>Pyry z koperkiem – 200g G<br>Marchewka gotowana – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                        | Zupa krupnik– 300ml (1,7,9) G<br>Gzik – 120g (7)<br>Pyry z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kiszzonego ogórka z olejem słonecznikowym – 200g<br>Woda – 200g                                        | Zupa krupnik– 300ml (1,7,9) G<br>Gzik – 120g (7)<br>Pyry z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kiszzonego ogórka z olejem słonecznikowym – 200g<br>Sok – 200g                                                                           | Zupa krupnik– 300ml (1,7,9) G<br>Gzik – 120g (7)<br>Pyry z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kiszzonego ogórka z olejem słonecznikowym – 200g<br>Sok – 200g                                                                           |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                    | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                      | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                      |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7)<br>wędlna – 50g<br>pomidor – 30g<br>papryka – 30g                                                                      | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7)<br>wędlna – 60g<br>pomidor – 60g(bez skórki)                                                                                                           | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7)<br>wędlna – 50g<br>pomidor – 30g<br>papryka – 30g                                          | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7)<br>wędlna – 50g<br>pomidor – 30g<br>papryka – 30g                                                      | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7)<br>wędlna – 50g<br>pomidor – 30g<br>papryka – 30g                                                      |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                |
| Serek homo – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                               | Serek homo – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                       | Serek homo naturalny – 150g (7)                                                                                                                                                                   | Serek homo – 150g (7)                                                                                                                                                                                                               | Serek homo – 150g (7)                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                          | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                            |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2274,8<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 279,9<br>Cukry proste [g] – 61,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 47                                                       | Wartość energetyczna [kcal] – 2303,7<br>Białko [g] – 118,5<br>Tłuszcz [g] – 60,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 332,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 35                                                                   | Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 252,9<br>Cukry proste [g] – 57,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 53     | Wartość energetyczna [kcal] – 2250<br>Białko [g] – 110,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 272,9<br>Cukry proste [g] – 61,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                         | Wartość energetyczna [kcal] – 2305<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 289<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 47                                             |

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. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzechy 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 13.07.2025, niedziela**

*\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie*

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                              | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                              | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                            | 4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                         | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                 | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                |
| Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g<br>Jabłko – 200g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>miód – 60g<br>wędlina – 30g<br>sałata - 10g<br>sałata – 50g<br>Jabłko pieczone – 200g P | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g<br>Marchewka do pochrupiania poszatkowana – 200g               | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                  | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                             | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                    | Serek homo naturalny z warzywami – 200g (7)                                                                                                                                                                                          | Salatka owocowa z cynamonem – 200g                                                                                                                                                                              | Salatka owocowa z cynamonem – 200g                                                                                                                                                                              |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                       | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                    |
| Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g<br>Sok – 200g                                  | Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Gotowana bitka schabowa w lekkim sosie pomidorowym – 120g G<br>Ziemniaki puree - 200g G<br>Gotowane trio warzywne -150g G<br>Sok – 200g                                                        | Rosół z makaronem brązowym – 300ml (1,9)G<br>Gotowana bitka schabowa w lekkim sosie pomidorowym – 120g G<br>Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g<br>Woda -200g | Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g<br>Sok – 200g                 | Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g<br>Sok – 200g                 |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                       | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                  |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>kanapkowa pasta z fasoli – 30g<br>ogórek – 40g<br>papryka – 10g<br>sałata – 10g                                        | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>jajko gotowane – 50g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata z pomidorkami bez skórki – 60g                                                                                | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>kanapkowa pasta z fasoli – 30g<br>wędlina – 60g<br>papryka – 50g<br>sałata – 10g                                                                                  | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>kanapkowa pasta z fasoli – 30g<br>ogórek – 40g<br>papryka – 10g<br>sałata – 10g                       | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>kanapkowa pasta z fasoli – 30g<br>ogórek – 40g<br>papryka – 10g<br>sałata – 10g                       |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                            |
| Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                                    | Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                                      | Maślanka naturalna – 200g (7)                                                                                                                                                                                                        | Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                   | Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                   |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                        | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                        |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2269,7<br>Białko [g] – 114,9<br>Tłuszcz [g] – 71,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 281,9<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 47                                    | Wartość energetyczna [kcal] – 2274,7<br>Białko [g] – 117,4<br>Tłuszcz [g] – 48,4<br>NKT [g] – 15,1<br>Węglowodany [g] – 327,2<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 33                                          | Wartość energetyczna [kcal] – 2269,7<br>Białko [g] – 114,9<br>Tłuszcz [g] – 71,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 261,9<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 52                                        | Wartość energetyczna [kcal] – 3050,45<br>Białko [g] – 114,9<br>Tłuszcz [g] – 71,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 300<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 50                      | Wartość energetyczna [kcal] – 3050,45<br>Białko [g] – 114,9<br>Tłuszcz [g] – 71,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 300<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 50                      |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 14.07.2025, poniedziałek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                    | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)<br>serek topiony – 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g<br>Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)<br>serek topiony – 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>pomidor bez skórki – 60g<br>Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)<br>serek topiony – 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g<br>Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)<br>serek topiony – 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g<br>Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)<br>serek topiony – 20g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g<br>Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sok warzywny – 300g                                                                                                                                                                                                                                                                          | Sok warzywny – 300g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Mus owocowy – 200g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zabielana grochówka– 300ml (1,7,9) G<br>Gotowany gulasz z indyka z pieczarkami i papryką – 120g G<br>Kasza gryczana – 200g G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju rzepakowego - 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                                           | Zabielana zupa koperkowa– 300ml (7,9) G<br>Gotowany gulasz z indyka i marchewką – 120g G<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju rzepakowego - 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                                                          | Zabielana grochówka– 300ml (1,7,9) G<br>Gotowany gulasz z indyka z pieczarkami i papryką – 120g G<br>Kasza gryczana – 150g G<br>Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego - 200g<br>Woda – 200g                                                                             | Zabielana grochówka– 300ml (1,7,9) G<br>Gotowany gulasz z indyka z pieczarkami i papryką – 120g G<br>Kasza gryczana – 200g G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju rzepakowego - 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                                           | Zabielana grochówka– 300ml (1,7,9) G<br>Gotowany gulasz z indyka z pieczarkami i papryką – 120g G<br>Kasza gryczana – 200g G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju rzepakowego - 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                                           |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g; sałata – 10g                                                                                                                                                                                     | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor bez skórki – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                                                                                                            | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                                                     | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g; sałata – 10g                                                                                                                                                                                     | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g; sałata – 10g                                                                                                                                                                                     |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Serek wiejski– 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Serek wiejski 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Serek wiejski – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                                     | Serek wiejski – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Serek wiejski – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2312<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna [kcal] – 2293,6<br>Białko [g] – 118,5<br>Tłuszcz [g] – 64,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 327,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 35                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna [kcal] – 2312<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 49,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 51                                                                                                  | Wartość energetyczna [kcal] – 2412<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna [kcal] – 2412<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                                                                      |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 15.07.2025, wtorek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                            | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                       | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                            | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                                                                       | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>dżem – 20g<br>serek kanapkowy – 30g (7)<br>pomidor –40g<br>ogórek – 20g<br>Banan – 150g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>dżem – 20g<br>serek kanapkowy – 30g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor bez skórki – 60g<br>Banan – 150g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>dżem – 20g<br>serek kanapkowy – 30g (7)<br>pomidor –40g<br>ogórek – 20g                                         | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>dżem – 20g<br>serek kanapkowy – 30g (7)<br>pomidor –40g<br>ogórek – 20g<br>Banan – 150g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>dżem – 20g<br>serek kanapkowy – 30g (7)<br>pomidor –40g<br>ogórek – 20g<br>Banan – 150g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                            | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                  | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                            | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                             | Sok pomidorowy – 300g                                                                                                                                                                                                                                | Budyń – 200g (7) G                                                                                                                                                                                                                                             | Budyń – 200g (7) G                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zabielana zupa pomidorowa z ryżem– 300ml (1,7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy w sosie musztardowo-miodowym – 120g (10) P<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                  | Zabielana zupa pomidorowa z ryżem– 300ml (1,7,9)G<br>Gotowany stek wieprzowy w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Gotowana marchewka– 200g G<br>Sok – 200g                                                                               | Zabielana zupa pomidorowa z ryżem brązowym– 300ml (1,7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy w sosie musztardowo-miodowym – 120g (10) P<br>Ziemniaki z wody – 150g G<br>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda – 200g | Zabielana zupa pomidorowa z ryżem– 300ml (1,7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy w sosie musztardowo-miodowym – 120g (10) P<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                  | Zabielana zupa pomidorowa z ryżem– 300ml (1,7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy w sosie musztardowo-miodowym – 120g (10) P<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                  |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>galart z kurczakiem – 70g<br>serek topiony – 20g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g                                                                                 | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>galart z kurczakiem – 70g<br>serek topiony – 20g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 40g                                                                                                                      | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>galart z kurczakiem – 70g<br>serek topiony – 20g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g                                                                                             | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>galart z kurczakiem – 70g<br>serek topiony – 20g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g                                                                                 | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>galart z kurczakiem – 70g<br>serek topiony – 20g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 60g                                                                                 |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                           |
| Galaretką – 150g                                                                                                                                                                                                                                               | Galaretką – 150g                                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                          | Galaretką – 150g                                                                                                                                                                                                                                               | Galaretką – 150g                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 68,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 271,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                      | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2253,6<br>Białko [g] – 117,5<br>Tłuszcz [g] – 69,4<br>NKT [g] – 16,8<br>Węglowodany [g] – 317,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 35                                                       | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 68,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 251,4<br>Cukry proste [g] – 56,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 51                            | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 68,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 271,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                      | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 68,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 271,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                      |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

**Data: 16.07.2025, Środa**

**\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

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

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                  | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIACEJ                                                                                                                                                                                                                                      | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlina – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlina – 50g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g<br>jabłko gotowane – 100g G | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlina – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlina – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlina – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Serek wiejski – 200g (7)                                                                                                                                                                                                   | Serek wiejski – 200g (7)                                                                                                                                                                                                                                                      | Mus owocowy – 200g                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zabielana zupa ogórkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż z cynamonowym jabłkiem i sosem jogurtowym - 320g (7)<br>Surówka z marchewki, ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                    | Zabielana zupa ogórkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż z cynamonowym jabłkiem i sosem jogurtowym - 320g (7)<br>Surówka z marchewki, ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                            | Zabielana zupa ogórkowa – 300ml (7,9) G<br>Gotowany filec z kurczaka w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G<br>Ryż brązowy – 150g G<br>Gotowane trio warzywne z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Woda- 200g   | Zabielana zupa ogórkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż z cynamonowym jabłkiem i sosem jogurtowym - 320g (7)<br>Surówka z marchewki, ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                    | Zabielana zupa ogórkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż z cynamonowym jabłkiem i sosem jogurtowym - 320g (7)<br>Surówka z marchewki, ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                    |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasztet – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasztet – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor bez skórki – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                                     | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasztet – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g<br>sałata – 10g                                                                                   | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasztet – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasztet – 50g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 60g<br>sałata – 10g                                                                                                                |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Serek homo owocowy – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                 | Serek homo owocowy – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                         | Serek homo naturalny – 150g (7)                                                                                                                                                                                            | Serek homo owocowy – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                 | Serek homo owocowy – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2274,6<br>Białko [g] – 92,3<br>Tłuszcz [g] – 67,5<br>NKT [g] – 19,7<br>Węglowodany [g] – 281,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,4<br>Błonnik [g] – 48                                                                                  | Wartość energetyczna [kcal] – 2274,7<br>Białko [g] – 114,4<br>Tłuszcz [g] – 48,4<br>NKT [g] – 15,1<br>Węglowodany [g] – 329,2<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 34                                                                                             | Wartość energetyczna [kcal] – 2244,6<br>Białko [g] – 121,3<br>Tłuszcz [g] – 67,5<br>NKT [g] – 19,7<br>Węglowodany [g] – 281,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,4<br>Błonnik [g] – 50                              | Wartość energetyczna [kcal] – 2590<br>Białko [g] – 92,3<br>Tłuszcz [g] – 67,5<br>NKT [g] – 19,7<br>Węglowodany [g] – 281,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,4<br>Błonnik [g] – 49                                                                                    | Wartość energetyczna [kcal] – 2590<br>Białko [g] – 92,3<br>Tłuszcz [g] – 67,5<br>NKT [g] – 19,7<br>Węglowodany [g] – 281,4<br>Cukry proste [g] – 58,8<br>Sól [g] – 4,4<br>Błonnik [g] – 49                                                                                    |

**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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

**Data: 17.07.2025, czwartek**

**\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

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

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                   | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                               | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                                                         | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>wędlina – 30g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g<br>jabłko – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 60g (bez skórki)<br>jabłko pieczone – 100g P | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>wędlina – 30g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g<br>jabłko – 100g                | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>wędlina – 30g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g; jabłko – 100g | <b>Śniadanie</b><br>Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>wędlina – 30g<br>rzodkiewka – 15g<br>pomidor – 45g; jabłko – 100g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         | Serek wiejski z warzywami i słonecznikiem – 150g (7)                                                                                                                                                                    | Koktajl bananowo czekoladowy na jogurcie – 200g (7)                                                                                                                                                                                              | Koktajl bananowo czekoladowy na jogurcie – 200g (7)                                                                                                                                                                                              |
| <b>Obiad</b><br>Zabielana zupa buraczkowa z dodatkiem oliwy – 300ml (7,9)G<br>Pieczona pałka z kurczaka – 120g P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                             | <b>Obiad</b><br>Zabielana zupa buraczkowa z dodatkiem oliwy – 300ml (7,9)G<br>Pieczona pałka z kurczaka – 180g P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                                  | <b>Obiad</b><br>Zabielana zupa buraczkowa z dodatkiem oliwy – 300ml (7,9)G<br>Pieczona pałka z kurczaka – 120g P<br>Ziemniaki z koperkiem – 120g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Woda – 200g                                 | <b>Obiad</b><br>Zabielana zupa buraczkowa z dodatkiem oliwy – 300ml (7,9)G<br>Pieczona pałka z kurczaka – 120g P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                           | <b>Obiad</b><br>Zabielana zupa buraczkowa z dodatkiem oliwy – 300ml (7,9)G<br>Pieczona pałka z kurczaka – 120g P<br>Ziemniaki z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                           |
| <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g<br>wędlina – 40g<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                                                   | <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twaróg – 60g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g                                                                                                   | <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g<br>wędlina – 40g<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                                              | <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g<br>wędlina – 40g<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                                                 | <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g<br>wędlina – 40g<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                                                 |
| <b>Posiłek nocny</b><br>Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny</b><br>Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny</b><br>Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny</b><br>Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b><br>Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                |
| <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2215,6<br>Białko [g] – 109,8<br>Tłuszcz [g] – 71,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 262,9<br>Cukry proste [g] – 57,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 46                          | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2273,6<br>Białko [g] – 118,5<br>Tłuszcz [g] – 55,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 327,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 37                                   | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2305,6<br>Białko [g] – 110<br>Tłuszcz [g] – 71,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 242,9<br>Cukry proste [g] – 57,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 51 | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2375,6<br>Białko [g] – 109,8<br>Tłuszcz [g] – 71,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 262,9<br>Cukry proste [g] – 57,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 46                        | <b>Posumowanie dnia:</b><br>Wartość energetyczna [kcal] – 2375,6<br>Białko [g] – 109,8<br>Tłuszcz [g] – 71,2<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 262,9<br>Cukry proste [g] – 57,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 46                        |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 18.07.2025, piątek**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                     | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                              | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                   | 4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMIAĄCEJ                                                                                                                                                                                | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                        |
| Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>ser żółty – 50g (7)<br>miód – 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g<br>banan – 150g    | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>miód – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 50g (bez skórki)<br>sałata - 10g<br>banan – 150g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>ser żółty – 50g (7)<br>wędlina– 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g                                                        | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>ser żółty – 50g (7)<br>miód – 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g                    | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>ser żółty – 50g (7)<br>miód – 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g                    |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                     | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    | Salatka warzywna z mozzarellą – 150g (7)                                                                                                                                                                                    | Salatka warzywna z mozzarellą – 150g (7)                                                                                                                                                                                | Batonik – 40g (1,3,7)<br>Jabłko – 100g                                                                                                                                                                                  |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                       | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                            |
| Zabielana zupa jarzynowa – 300ml (7,9) G<br>Smażona ryba w panierce – 120g (1,3,4,7) S<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g | Zabielana zupa jarzynowa – 300ml (7,9) G<br>Gotowana ryba w sosie warzywnym – 120g (4,7) G<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Gotowane trio warzywne– 200g G<br>Sok – 200g                                              | Zabielana zupa jarzynowa – 300ml (7,9) G<br>Gotowana ryba w sosie warzywnym – 120g (4,7) G<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda -200g | Zabielana zupa jarzynowa – 300ml (7,9) G<br>Smażona ryba w panierce – 120g (1,3,4,7) S<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g | Zabielana zupa jarzynowa – 300ml (7,9) G<br>Smażona ryba w panierce – 120g (1,3,4,7) S<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                          | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                              | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                          | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                          |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 30g (3,7)<br>serek topiony - 30g (7)<br>ogórek kiszony– 60g                                                   | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 30g (3,7)<br>serek topiony - 40g (7)<br>pomidor bez skórki – 60g                                                                                 | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 30g (3,7)<br>serek topiony - 30g (7)<br>ogórek kiszony– 60g                                                                             | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 30g (3,7)<br>serek topiony - 30g (7)<br>ogórek kiszony– 60g                                                   | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 30g (3,7)<br>serek topiony - 30g (7)<br>ogórek kiszony– 60g                                                   |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                    |
| Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                               | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                          | kefir naturalny - 100g (7)                                                                                                                                                                                                  | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                               | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                               |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2259,8<br>Białko [g] – 109,1<br>Tłuszcz [g] – 70,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 279,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 49                           | Wartość energetyczna [kcal] – 2281,4<br>Białko [g] – 99,3<br>Tłuszcz [g] – 52,7<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 337,3<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7Błonnik [g] – 36                                               | Wartość energetyczna [kcal] – 2204<br>Białko [g] – 117,1<br>Tłuszcz [g] – 70,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 229,1<br>Cukry proste [g] – 51,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 50                                 | Wartość energetyczna [kcal] – 2359,8<br>Białko [g] – 109,1<br>Tłuszcz [g] – 70,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 279,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 49                           | Wartość energetyczna [kcal] – 2359,8<br>Białko [g] – 109,1<br>Tłuszcz [g] – 70,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 279,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 49                           |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 19.07.2025, sobota**

*\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie*

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                         | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                         | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ                                                                                                                                                                                                                    | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                  | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                             |
| Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g<br>jabłko – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb pszenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>serek śmietankowy – 70g (7)<br>wędlina – 60g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g<br>jabłko pieczone – 100g P | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g         | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                               | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                          | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               | Mix sałat z sosem vinegret i serem– 100g (7)<br>Pieczywo razowe – 35g (1)                                                                                                                                         | Mix sałat z sosem vinegret i serem– 100g (7)<br>Pieczywo razowe – 35g (1)                                                                                                                                                                                    | Herbatniki – 40g (1,3,7)<br>Banan – 100g                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zabielana zupa szczawiowa– 300ml (7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z groszkiem – 120g<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                                         | Zabielana zupa koperkowa - 300ml (1,7)G<br>Gotowany gulasz wieprzowy z brokułem – 120g G<br>Ziemniaki z wody – 200g G<br>Buraczki gotowane – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                             | Zabielana zupa szczawiowa– 300ml (7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z groszkiem – 120g<br>Kasza jęczmienna – 150g (1) G<br>Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Woda – 200g | Zabielana zupa szczawiowa– 300ml (7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z groszkiem – 120g<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                        | Zabielana zupa koperkowa - 300ml (1,7)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z groszkiem – 120g<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                        |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                    | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                               |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta rybna – 40g (1,4,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 30g<br>ogórek – 35g                                                                                                          | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>delikatna pasta rybna – 40g (1,4,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 60g (bez skórki)                                                                                                           | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta rybna – 40g (1,4,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 30g<br>ogórek – 35g                                                                    | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta rybna – 40g (1,4,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 30g<br>ogórek – 35g                                                                                         | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta rybna – 40g (1,4,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 30g<br>ogórek – 35g                                                                                         |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt owocowy – 100g (7)                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                          | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                     |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 272,9<br>Cukry proste [g] – 61,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 47                                                                                 | Wartość energetyczna [kcal] – 2203,7<br>Białko [g] – 118,5<br>Tłuszcz [g] – 60,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 327,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 35                                                                     | Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 252,9<br>Cukry proste [g] – 57,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 53                     | Wartość energetyczna [kcal] – 2250<br>Białko [g] – 110,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 272,9<br>Cukry proste [g] – 61,3<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                  | Wartość energetyczna [kcal] – 2305<br>Białko [g] – 108,5<br>Tłuszcz [g] – 71,4<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 289<br>Cukry proste [g] – 62<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 47                                                                      |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**Data: 20.07.2025, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                    | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                        | 4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMiąCEJ                                                                                                                                                                                                                                                    | 5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb pszenenny – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>pomidor bez skórki – 50g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G<br>Chleb zwykły – 109g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g |
| <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>II Śniadanie</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Sok warzywny – 300g                                                                                                                                                                                                                              | Sok warzywny – 300g                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mus owocowy – 200g                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Smażony kotlet drobiowy mielony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g                                                                              | Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Pulpety drobiowe gotowane w lekkim sosie śmietanowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G<br>Gotowana marchewka – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                             | Rosół z makaronem brązowym– 300ml (1,9) G<br>Pulpety drobiowe gotowane w lekkim sosie śmietanowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki z koperkiem – 150g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Woda – 200g             | Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Smażony kotlet drobiowy mielony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g                                                                              | Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Smażony kotlet drobiowy mielony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g                                                                              |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Kolacja</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>wędlina – 50g<br>pomidor – 30g; papryka – 30g                                                                                                                       | Herbata – 250g<br>Chleb pszenenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>lekka pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>pomidor – 60g(bez skórki)                                                                                                                                        | Herbata – 250g<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>wędlina – 30g<br>pomidor – 30g<br>papryka – 30g                                                                                                 | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>wędlina – 50g<br>pomidor – 30g; papryka – 30g                                                                                                                       | Herbata – 250g<br>Chleb zwykły – 86g (1)<br>Chleb razowy – 43g (1)<br>masło - 20g (7)<br>pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>wędlina – 50g<br>pomidor – 30g; papryka – 30g                                                                                                                       |
| <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Koktajl owocowy na maśle – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                       | Koktajl owocowy na maśle – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                     | Serek homo naturalny – 150g (7)                                                                                                                                                                                                                  | Koktajl owocowy na maśle – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                       | Koktajl owocowy na maśle – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Wartość energetyczna [kcal] – 2312<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                | Wartość energetyczna [kcal] – 2293,6<br>Białko [g] – 118,5<br>Tłuszcz [g] – 64,1<br>NKT [g] – 14,9<br>Węglowodany [g] – 327,6<br>Cukry proste [g] – 59<br>Sól [g] – 7<br>Błonnik [g] – 35                                                                                                | Wartość energetyczna [kcal] – 2312<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 49,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 51                                                      | Wartość energetyczna [kcal] – 2412<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                | Wartość energetyczna [kcal] – 2412<br>Białko [g] – 112,4<br>Tłuszcz [g] – 69,8<br>NKT [g] – 19,8<br>Węglowodany [g] – 282,4<br>Cukry proste [g] – 59,8<br>Sól [g] – 4,5<br>Błonnik [g] – 48                                                                                                |

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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie



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

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

**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. Jaja 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 – pieczenie; Par – parowanie; G – gotowanie; D – duszenie; S – smażenie