



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

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

Data: 21.07.2025, poniedziałek

**zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie*

1. DIETA PODSTAWOWA	2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMIAĆCEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina – 60g sałata – 10g papryka – 50g jabłko – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina – 60g sałata – 10g pomidor – 50g (bez skórki) jabłko pieczone – 100g P	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina – 60g sałata – 10g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina – 60g sałata – 10g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek żółty – 30g (7) wędlina – 60g sałata – 10g papryka – 50g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Jabłko – 100g Marchewka – 100g	Jabłko – 100g Marchewka tarta – 100g	Jabłko – 100g Marchewka tarta – 100g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa fasolowa – 300g (7,9) G Smażone jajko w sosie koperkowym – 120g (3,7) S Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z marchewki i ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Zabielana zupa krem z ziemniaka – 300g (7,9) G Gotowany gulasz z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z marchewki i ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Zabielana zupa fasolowa – 300g (7,9) G Smażone jajko w sosie koperkowym – 120g (3,7) S Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Woda – 200g	Zabielana zupa fasolowa – 300g (7,9) G Gotowany gulasz z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z marchewki i ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g	Zabielana zupa fasolowa – 300g (7,9) G Smażone jajko w sosie koperkowym – 120g (3,7) S Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z marchewki i ananasa z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło – 20g (7) dżem – 30g wędlina – 60g sałata – 5g ogórek – 55g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło – 20g (7) dżem – 30g wędlina – 60g pomidor – 60g (bez skórki)	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 60g (7) sałata – 5g ogórek – 55g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło – 20g (7) dżem – 30g wędlina – 60g sałata – 5g ogórek – 55g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło – 20g (7) dżem – 30g wędlina – 60g sałata – 5g ogórek – 55g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt naturalny – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2301,6 Białko [g] – 112,9 Tłuszcz [g] – 72,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2104,7 Białko [g] – 118,7 Tłuszcz [g] – 60,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 329,5 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 36	Wartość energetyczna [kcal] – 2151,6 Białko [g] – 112,9 Tłuszcz [g] – 72,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 259,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 52	Wartość energetyczna [kcal] – 2301,8 Białko [g] – 112,9 Tłuszcz [g] – 72,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 281,3 Cukry proste [g] – 60,2 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2301,8 Białko [g] – 112,9 Tłuszcz [g] – 72,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 281,3 Cukry proste [g] – 60,2 Sól [g] – 4,5 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: 22.07.2025, wtorek

**zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie*

1. DIETA PODSTAWOWA	2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	4. DIETA KOBIETY WCIAŻY MATKI KARMIACEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g ser żółty – 50g (7) sałata – 10g papryka – 50g Jabłko – 200g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) miód – 60g wędlina – 30g sałata - 10g sałata – 50g Jabłko pieczone – 200g P	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g ser żółty – 50g (7) sałata – 10g papryka – 50g Marchewka do pochrupiania poszatkowana – 200g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g ser żółty – 50g (7) sałata – 10g papryka – 50g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g ser żółty – 50g (7) sałata – 10g papryka – 50g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Serek homo naturalny z warzywami – 200g (7)	Salatka owocowa z cynamonem – 200g	Salatka owocowa z cynamonem – 200g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielany barszcz czerwony – 300ml (1,7,9)G Fasolka po bretońsku – 120g Ziemniaki puree – 200g (7) G Gotowane trio warzywne – 120g G Sok – 200g	Zupa koperkowa zabielana – 300g (7,9) G Gotowana potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7) G Ziemniaki puree - 200g G Gotowane trio warzywne -150g G Sok – 200g	Zabielany barszcz czerwony – 300ml (1,7,9)G Gotowana potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7) G Ziemniaki z wody – 150g G Gotowane trio warzywne – 200g G Woda -200g	Zabielany barszcz czerwony – 300ml (1,7,9)G Fasolka po bretońsku – 120g Ziemniaki puree – 200g (7) G Gotowane trio warzywne – 120g G Sok – 200g	Zabielany barszcz czerwony – 300ml (1,7,9)G Gotowana potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7) G Ziemniaki puree – 200g (7) G Gotowane trio warzywne – 120g G Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g kanapkowa pasta z fasoli – 30g ogórek – 40g papryka – 10g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) jajko gotowane – 50g (7) wędlina – 30g sałata z pomidorkami bez skórki – 60g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z fasoli – 30g wędlina – 60g papryka – 50g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g kanapkowa pasta z fasoli – 30g ogórek – 40g papryka – 10g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 30g kanapkowa pasta z fasoli – 30g ogórek – 40g papryka – 10g sałata – 10g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Herbatniki bebe – 30g (1,3,7) Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)	Herbatniki bebe – 30g (1,3,7) Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)	Maślanka naturalna – 200g (7)	Herbatniki bebe – 30g (1,3,7) Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)	Herbatniki bebe – 30g (1,3,7) Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2269,7 Białko [g] – 114,9 Tłuszcz [g] – 71,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 281,9 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 47	Wartość energetyczna [kcal] – 2274,7 Białko [g] – 117,4 Tłuszcz [g] – 48,4 NKT [g] – 15,1 Węglowodany [g] – 327,2 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 33	Wartość energetyczna [kcal] – 2269,7 Białko [g] – 114,9 Tłuszcz [g] – 71,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 261,9 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 52	Wartość energetyczna [kcal] – 3050,45 Białko [g] – 114,9 Tłuszcz [g] – 71,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 300 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 50	Wartość energetyczna [kcal] – 3050,45 Białko [g] – 114,9 Tłuszcz [g] – 71,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 300 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 4,5 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. 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: 23.07.2025, Środa

*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
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek topiony – 40g (7) parówka – 80g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g banan – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło – 20g (7) serek topiony – 40g (7) parówka – 80g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g banan – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło – 20g (7) serek topiony – 40g (7) parówka – 80g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek topiony – 40g (7) parówka – 80g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło – 20g (7) serek topiony – 40g (7) parówka – 80g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Salatka pomidor z fetą – 150g (7)	Salatka pomidor z fetą – 150g (7)	Biskopciiki – 40g (1,3,7) Banan – 150g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (1,7,9) G Duszony gulasz z indyka z pieczarkami i cebulką – 120g D Kasza gryczana – 200g G Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G Sok – 200g	Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (1,7,9) G Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G Kasza kuskus – 200g (1) Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G Sok – 200g	Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (1,7,9) G Duszony gulasz z indyka z pieczarkami i cebulką – 120g D Kasza gryczana – 150g G Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju słonecznikowego – 170g G Woda – 200g	Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (1,7,9) G Duszony gulasz z indyka z pieczarkami i cebulką – 120g D Kasza gryczana – 200g G Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G	Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (1,7,9) G Duszony gulasz z indyka z pieczarkami i cebulką – 120g D Kasza gryczana – 200g G Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) wędlna – 50g pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) wędlna – 60g pomidor – 60g(bez skórki)	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) wędlna – 50g pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) wędlna – 50g pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) twarożek ze szczypiorkiem – 60g (7) wędlna – 50g pomidor – 30g papryka – 30g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Serek homo – 150g (7)	Serek homo – 150g (7)	Serek homo naturalny – 150g (7)	Serek homo – 150g (7)	Serek homo – 150g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2274,8 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 279,9 Cukry proste [g] – 61,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 47	Wartość energetyczna [kcal] – 2303,7 Białko [g] – 118,5 Tłuszcz [g] – 60,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 332,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 252,9 Cukry proste [g] – 57,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 53	Wartość energetyczna [kcal] – 2250 Białko [g] – 110,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 272,9 Cukry proste [g] – 61,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2305 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 289 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 4,5 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: 24.07.2025, czwartek

**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
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) serek topiony – 20g (7) wędlina – 30g sałata – 10g papryka – 60g Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) serek topiony – 20g (7) wędlina – 30g sałata – 10g pomidor bez skórki – 60g Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) serek topiony – 20g (7) wędlina – 30g sałata – 10g papryka – 60g Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) serek topiony – 20g (7) wędlina – 30g sałata – 10g papryka – 60g Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) serek topiony – 20g (7) wędlina – 30g sałata – 10g papryka – 60g Marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Sok warzywny – 300g	Sok warzywny – 300g	Mus owocowy – 200g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa jarzynowa – 300g (7,9) G Pieczona pałka z kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty – 200g Sok – 200g	Zabielana zupa jarzynowa – 300g (7,9) G Gotowana pałka z kurczaka w sosie warzywnym – 120g G Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G Gotowana marchewka – 200g G Sok – 200g	Zabielana zupa jarzynowa – 300g (7,9) G Pieczona pałka z kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z białej kapusty – 200g Woda – 200g	Zabielana zupa jarzynowa – 300g (7,9) G Pieczona pałka z kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty – 200g Sok – 200g	Zabielana zupa jarzynowa – 300g (7,9) G Pieczona pałka z kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty – 200g Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g; sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g; sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g; sałata – 10g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Serek wiejski – 150g (7)	Serek wiejski 150g (7)	Serek wiejski – 150g (7)	Serek wiejski – 150g (7)	Serek wiejski – 150g (7)
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2312 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2293,6 Białko [g] – 118,5 Tłuszcz [g] – 64,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 327,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2312 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 49,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 51	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2412 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2412 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 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: 25.07.2025, piątek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. DIETA PODSTAWOWA	2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) dżem – 40g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor – 40g ogórek – 20g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) dżem – 40g serek kanapkowy – 30g (7) sałata – 10g pomidor bez skórki – 60g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g serek kanapkowy – 40g (7) pomidor – 40g ogórek – 20g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) dżem – 40g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor – 40g ogórek – 20g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) dżem – 40g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor – 40g ogórek – 20g Banan – 150g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Sok pomidorowy – 300g	Budyń – 200g (7) G	Budyń – 200g (7) G
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa z fasolki szparagowej – 300g (1,7,9) G Smażona ryba w delikatnej panierce – 120g (1,3,4,7) S Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Zupa ryżowa zabielana – 300ml (7,9) G Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Gotowane buraczki – 200g G Sok – 200g	Zabielana zupa z fasolki szparagowej – 300g (1,7,9) G Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) G Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Woda – 200g	Zabielana zupa z fasolki szparagowej – 300g (1,7,9) G Smażona ryba w delikatnej panierce – 120g (1,3,4,7) S Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Zabielana zupa z fasolki szparagowej – 300g (1,7,9) G Smażona ryba w delikatnej panierce – 120g (1,3,4,7) S Ziemniaki z koperkiem – 200g G Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) serek topiony – 20g (7) sałata – 10g pomidor – 40g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Galaretki – 150g	Galaretki – 150g	Jogurt naturalny – 100g (7)	Galaretki – 150g	Galaretki – 150g
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2253,6 Białko [g] – 117,5 Tłuszcz [g] – 69,4 NKT [g] – 16,8 Węglowodany [g] – 317,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 251,4 Cukry proste [g] – 56,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 51	Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 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: 26.07.2025, 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 KARMiąCEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 60g rzodkiewka – 15g jabłko – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina – 50g sałata – 10g pomidor – 50g jabłko gotowane – 100g G	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 60g rzodkiewka – 15g jabłko – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 60g rzodkiewka – 15g jabłko – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) twarożek z rzodkiewką – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 60g rzodkiewka – 15g jabłko – 100g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Serek wiejski – 200g (7)	Serek wiejski – 200g (7)	Mus owocowy – 200g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Chłodnik – 300g (7,9) Makaron – 200g (1) G Gotowany sos po bolońsku na mięsie wieprzowym 120g G Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Zupa ziemniaczana zabelana – 300g (1,7,9) G Gotowany lekki sos pomidorowy z mięsem mielonym wieprzowym – 120g G Ziemniaki puree – 200g (7) G Gotowane trio warzywne – 200g G Sok – 200g	Chłodnik – 300g (7,9) Makaron brązowy – 150g (1) G Gotowany sos po bolońsku na mięsie wieprzowym 120g G Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Woda- 200g	Chłodnik – 300g (7,9) Makaron – 200g (1) G Gotowany sos po bolońsku na mięsie wieprzowym 120g G Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g	Chłodnik – 300g (7,9) Makaron – 200g (1) G Gotowany sos po bolońsku na mięsie wieprzowym 120g G Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 10g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 60g sałata – 10g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
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)
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2274,6 Białko [g] – 92,3 Tłuszcz [g] – 67,5 NKT [g] – 19,7 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,4 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2274,7 Białko [g] – 114,4 Tłuszcz [g] – 48,4 NKT [g] – 15,1 Węglowodany [g] – 329,2 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 34	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2244,6 Białko [g] – 121,3 Tłuszcz [g] – 67,5 NKT [g] – 19,7 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,4 Błonnik [g] – 50	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2590 Białko [g] – 92,3 Tłuszcz [g] – 67,5 NKT [g] – 19,7 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,4 Błonnik [g] – 49	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2590 Białko [g] – 92,3 Tłuszcz [g] – 67,5 NKT [g] – 19,7 Węglowodany [g] – 281,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,4 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: 27.07.2025, niedziela

***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
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g wędlina – 30g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g jabłko – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g wędlina – 30g pomidor – 60g (bez skórki) jabłko pieczone – 100g P	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g wędlina – 30g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g jabłko – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g wędlina – 30g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g; jabłko – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g wędlina – 30g rzodkiewka – 15g pomidor – 45g; jabłko – 100g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Serek wiejski z warzywami i słonecznikiem – 150g (7); marchewka do pochrupiania tarta – 100g	Koktajl bananowo czekoladowy na jogurcie – 200g (7)	Koktajl bananowo czekoladowy na jogurcie – 200g (7)
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Bigos z kiełbaską – 200g G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Arbuz – 100g Sok – 200g	Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Gotowana pierś z kurczaka w sosie marchewkowym – 120g (7) G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Buraczki gotowane – 200g G Sok – 200g	Rosół z makaronem brązowym – 300g (1,9) G Bigos z kiełbaską – 200g G Ziemniaki z koperkiem – 150g G Woda – 200g	Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Gotowana pierś z kurczaka w sosie marchewkowym – 120g (7) G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Buraczki gotowane – 200g G Sok – 200g	Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Bigos z kiełbaską – 200g G Ziemniaki z koperkiem – 200g G Arbuz – 100g Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g wędlina – 40g sałata – 10g papryka – 50g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) twaróg – 60g (7) wędlina – 30g sałata – 10g pomidor – 50g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g wędlina – 40g sałata – 10g papryka – 50g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g wędlina – 40g sałata – 10g papryka – 50g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g wędlina – 40g sałata – 10g papryka – 50g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt naturalny – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2215,6 Białko [g] – 109,8 Tłuszcz [g] – 71,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 262,9 Cukry proste [g] – 57,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 46	Wartość energetyczna [kcal] – 2273,6 Białko [g] – 118,5 Tłuszcz [g] – 55,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 327,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 37	Wartość energetyczna [kcal] – 2305,6 Białko [g] – 110 Tłuszcz [g] – 71,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 242,9 Cukry proste [g] – 57,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 51	Wartość energetyczna [kcal] – 2375,6 Białko [g] – 109,8 Tłuszcz [g] – 71,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 262,9 Cukry proste [g] – 57,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 46	Wartość energetyczna [kcal] – 2375,6 Białko [g] – 109,8 Tłuszcz [g] – 71,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 262,9 Cukry proste [g] – 57,8 Sól [g] – 4,5 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. 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: 28.07.2025, 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 KARMIAĄCEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 50g (7) miód – 30g pomidor – 50g sałata - 10g banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) miód – 30g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g (bez skórki) sałata - 10g banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 50g (7) wędlina– 30g pomidor – 50g sałata - 10g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 50g (7) miód – 30g pomidor – 50g sałata - 10g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) ser żółty – 50g (7) miód – 30g pomidor – 50g sałata - 10g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Salatka warzywna z mozzarellą – 150g (7)	Salatka warzywna z mozzarellą – 150g (7)	Batonik – 40g (1,3,7) Jabłko – 100g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie śmietanowym z pieczarkami – 120g (1,7) D Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g Sok – 200g	Zupa grysikowa zabielana – 300g (1,7,9) G Gotowana pierś z kurczaka w lekkim sosie śmietanowym – 220g (1,7) G Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G Gotowana marchewka – 150g G Sok – 200g	Zabielana zupa pomidorowa z ryżem brązowym – 300g (7,9) G Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie śmietanowym z pieczarkami – 120g (1,7) D Ziemniaki gotowane z koperkiem – 150g G Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g Woda -200g	Zabielana zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie śmietanowym z pieczarkami – 120g (1,7) D Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g	Zabielana zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie śmietanowym z pieczarkami – 120g (1,7) D Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 30g (3,7) serek topiony - 30g (7) ogórek kiszony– 60g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 30g (3,7) serek topiony - 40g (7) pomidor bez skórki – 60g	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 30g (3,7) serek topiony - 30g (7) ogórek kiszony– 60g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 30g (3,7) serek topiony - 30g (7) ogórek kiszony– 60g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 30g (3,7) serek topiony - 30g (7) ogórek kiszony– 60g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	kefir naturalny - 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt owocowy – 100g (7)
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2259,8 Białko [g] – 109,1 Tłuszcz [g] – 70,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 279,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 49	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2281,4 Białko [g] – 99,3 Tłuszcz [g] – 52,7 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 337,3 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7Błonnik [g] – 36	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2204 Białko [g] – 117,1 Tłuszcz [g] – 70,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 229,1 Cukry proste [g] – 51,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 50	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2359,8 Białko [g] – 109,1 Tłuszcz [g] – 70,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 279,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 49	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2359,8 Białko [g] – 109,1 Tłuszcz [g] – 70,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 279,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 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: 29.07.2025, 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
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 10g pomidor – 20g ogórek – 40g marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) twarożek z warzywami – 50g (7) wędlina – 30g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 10g pomidor – 20g ogórek – 40g marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 10g pomidor – 20g ogórek – 40g marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g	Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z kaszą manną – 200g (1,7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g twarożek z warzywami – 50g (7) sałata – 10g pomidor – 20g ogórek – 40g marchewka do pochrupania poszatkowana – 100g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Sok warzywny – 300g	Sok warzywny – 300g	Mus owocowy – 200g
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pieczarkowa z makaronem zabelana – 300ml (1,7,9) G Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) P Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g	Rosół z makaronem – 300ml (1,9) G Ryba gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,4,7) G Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G Gotowane buraczki – 200g G Sok – 200g	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym zabelana – 300ml (1,7,9) G Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) P Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Woda – 200g	Zupa pieczarkowa z makaronem zabelana – 300ml (1,7,9) G Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) P Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g	Zupa pieczarkowa z makaronem zabelana – 300ml (1,7,9) G Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) P Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g; Sok – 200g
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) wędlina – 50g pomidor – 30g; papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g lekka pasta jajeczna – 40g (3,7) pomidor – 60g (bez skórki)	Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) wędlina – 30g pomidor – 30g papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) wędlina – 50g pomidor – 30g; papryka – 30g	Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta jajeczna – 40g (3,7) wędlina – 50g pomidor – 30g; papryka – 30g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7) Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)	Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7) Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)	Serek homo naturalny – 150g (7)	Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7) Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)	Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7) Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)
Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:	Posumowanie dnia:
Wartość energetyczna [kcal] – 2312 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2293,6 Białko [g] – 118,5 Tłuszcz [g] – 64,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 327,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Wartość energetyczna [kcal] – 2312 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 49,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 51	Wartość energetyczna [kcal] – 2412 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Wartość energetyczna [kcal] – 2412 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 69,8 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 282,4 Cukry proste [g] – 59,8 Sól [g] – 4,5 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: 30.07.2025, Środa

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. DIETA PODSTAWOWA	2. DIETA ŁATWOSTRAWNA	3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	4. DIETA KOBIETY WCIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ	5. DIETA PODSTAWOWA PEDIATRYCZNA
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g serek kanapkowy – 40g (7) sałata – 10g papryka konserwowa – 30g pomidorki – 30g jabłko – 100g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) serek śmietankowy – 70g (7) wędlina – 60g sałata – 10g pomidor – 50g jabłko pieczone – 100g P	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g serek kanapkowy – 40g (7) sałata – 10g papryka konserwowa – 30g pomidorki – 30g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g serek kanapkowy – 40g (7) sałata – 10g papryka konserwowa – 30g pomidorki – 30g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi– 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) parówka – 70g serek kanapkowy – 40g (7) sałata – 10g papryka konserwowa – 30g pomidorki – 30g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie Mix sałat z sosem vinegret i serem– 100g (7) Pieczywo razowe – 35g (1)	II Śniadanie Mix sałat z sosem vinegret i serem– 100g (7) Pieczywo razowe – 35g (1)	II Śniadanie Herbatniki – 40g (1,3,7) Banan – 100g
Obiad Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (7,9) G Duszone kawałki kurczaka w sosie curry – 120g (7,9) D Ryż – 200g G Gotowana marchewka z masłem – 200g (7) G Sok – 200g	Obiad Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (7,9) G Gotowany kurczak w sosie warzywnym – 120g G Ziemniaki z wody – 200g G Gotowane trio warzywne – 200g G Sok – 200g	Obiad Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (7,9) G Duszone kawałki kurczaka w sosie curry – 120g (7,9) D Ryż brązowy – 150g G Gotowane trio warzywne – 200g G Woda – 200g	Obiad Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (7,9) G Duszone kawałki kurczaka w sosie curry – 120g (7,9) D Ryż – 200g G Gotowana marchewka z masłem – 200g (7) G Sok – 200g	Obiad Zabielana zupa kalafiorowa – 300g (7,9) G Duszone kawałki kurczaka w sosie curry – 120g (7,9) D Ryż – 200g G Gotowana marchewka z masłem – 200g (7) G Sok – 200g
Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlina – 30g pomidor – 30g ogórek – 35g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) delikatna pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlina – 30g pomidor – 60g (bez skórki)	Kolacja Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlina – 30g pomidor – 30g ogórek – 35g	Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlina – 30g pomidor – 30g ogórek – 35g	Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) pasta rybna – 40g (1,4,7) wędlina – 30g pomidor – 30g ogórek – 35g
Posiłek nocny Jogurt owocowy – 100g (7)	Posiłek nocny Jogurt owocowy – 100g (7)	Posiłek nocny Jogurt naturalny – 100g (7)	Posiłek nocny Jogurt naturalny – 100g (7)	Posiłek nocny Jogurt owocowy – 100g (7)
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 272,9 Cukry proste [g] – 61,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 47	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2203,7 Białko [g] – 118,5 Tłuszcz [g] – 60,1 NKT [g] – 14,9 Węglowodany [g] – 327,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 252,9 Cukry proste [g] – 57,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 53	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2250 Białko [g] – 110,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 272,9 Cukry proste [g] – 61,3 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2305 Białko [g] – 108,5 Tłuszcz [g] – 71,4 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 289 Cukry proste [g] – 62 Sól [g] – 4,5 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: 31.07.2025, czwartek

*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
Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g dżem – 20g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor –40g ogórek – 20g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb pszenny – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g dżem – 20g serek kanapkowy – 30g (7) sałata – 10g pomidor bez skórki – 60g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g dżem – 20g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor –40g ogórek – 20g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g dżem – 20g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor –40g ogórek – 20g Banan – 150g	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7) Zupa mleczna z ryżem – 200g (7) G Chleb zwykły – 109g (1) masło - 20g (7) wędlina – 50g dżem – 20g serek kanapkowy – 30g (7) pomidor –40g ogórek – 20g Banan – 150g
II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie	II Śniadanie
		Sok pomidorowy – 300g	Budyń – 200g (7) G	Budyń – 200g (7) G
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zabielana zupa koperkowa – 300g (7,9) G Gotowane pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym – 120g (1,3) G Ziemniaki puree – 200g (7) G Ogórki kiszzone – 150g Sok – 200g	Zabielana zupa koperkowa – 300g (7,9) G Gotowane pulpety wieprzowe w delikatnym sosie pomidorowym – 120g (1,3) G Ziemniaki puree – 200g (7) G Gotowana marchewka– 150g G Sok – 200g	Zabielana zupa koperkowa – 300g (7,9) G Gotowane pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym – 120g (1,3) G Ziemniaki z wody – 150g G Ogórki kiszzone – 200g Woda – 200g	Zabielana zupa koperkowa – 300g (7,9) G Gotowane pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym – 120g (1,3) G Ziemniaki puree – 200g (7) G Ogórki kiszzone – 150g Sok – 200g	Zabielana zupa koperkowa – 300g (7,9) G Gotowane pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym – 120g (1,3) G Ziemniaki puree – 200g (7) G Ogórki kiszzone – 150g Sok – 200g
Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) galart z kurczakiem – 70g serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb pszenny – 129g (1) masło - 20g (7) galart z kurczakiem – 70g serek topiony – 20g (7) sałata – 10g pomidor – 40g	Kolacja Herbata – 250g pieczywo razowe – 129g (1) masło - 20g (7) galart z kurczakiem – 70g serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) galart z kurczakiem – 70g serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g	Kolacja Herbata – 250g Chleb zwykły – 86g (1) Chleb razowy – 43g (1) masło - 20g (7) galart z kurczakiem – 70g serek topiony – 20g (7) sałata – 10g papryka – 60g
Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny	Posiłek nocny
Galaretka – 150g	Galaretka – 150g	Jogurt naturalny – 100g (7)	Galaretka – 150g	Galaretka – 150g
Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2253,6 Białko [g] – 117,5 Tłuszcz [g] – 69,4 NKT [g] – 16,8 Węglowodany [g] – 317,6 Cukry proste [g] – 59 Sól [g] – 7 Błonnik [g] – 35	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2229,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 251,4 Cukry proste [g] – 56,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 51	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 Błonnik [g] – 48	Posumowanie dnia: Wartość energetyczna [kcal] – 2929,1 Białko [g] – 112,4 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 19,8 Węglowodany [g] – 271,4 Cukry proste [g] – 58,8 Sól [g] – 4,5 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