



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

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

**Data: 1.08.2025, 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 KARMIAĆCEJ                                                                                                                                                                                       | 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 ziemniaczana – 300g (7,9) G<br>Ryba smażona panierowana – 120g (1,3,4,7) S<br>Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Sok – 200g                          | Zabielana zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G<br>Ryba gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,4,7) G<br>Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G<br>Gotowane trio warzywne – 180g G<br>Sok – 200g                                                                                  | Zabielana zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G<br>Ryba smażona – 120g (4) S<br>Ziemniaki z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Woda – 200g | Zabielana zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G<br>Ryba gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,4,7) G<br>Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 180g<br>Sok – 200g   | Zabielana zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G<br>Ryba smażona panierowana – 120g (1,3,4,7) S<br>Ziemniaki pure 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: 2.08.2025, 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>                                                                                                                                                                                                                        |
| Zabielana zupa jarzynowa– 300ml (7,9) G<br>Kasza gryczana – 200g G<br>Duszony gulasz z indyka z papryką i marchewką – 120g D<br>Buraczki gotowane – 200g G<br>Sok – 200g                                                                            | Zabielana zupa jarzynowa– 300ml (7,9) G<br>Kasza jęczmienna – 200g G (1)<br>Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G<br>Buraczki gotowane – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                       | Zabielana zupa jarzynowa– 300ml (7,9) G<br>Kasza gryczana – 150g G<br>Duszony gulasz z indyka z papryką i marchewką – 120g D<br>Surówka z buraczków surowych – 200g<br>Woda – 200g                | Zabielana zupa jarzynowa– 300ml (7,9) G<br>Kasza gryczana – 200g G<br>Duszony gulasz z indyka z papryką i marchewką – 120g D<br>Buraczki gotowane – 200g G<br>Sok – 200g                                                            | Zabielana zupa jarzynowa– 300ml (7,9) G<br>Kasza jęczmienna – 200g G (1)<br>Duszony gulasz z indyka z papryką i marchewką – 120g D<br>Buraczki gotowane – 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>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. 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: 3.08.2025, 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 KARMIAĆCEJ                                                                                                                                                                                            | 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>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g<br>Jabłko – 200g | <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>miód – 60g<br>wędlina – 30g<br>sałata - 10g<br>sałata – 50g<br>Jabłko pieczone – 200g P | <b>Śniadanie</b><br>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 pochrupania poszatkowana – 200g | <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>wędlina – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g | <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>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><br>Serek homo naturalny z warzywami – 200g (7)                                                                                                                                                                        | <b>II Śniadanie</b><br>Sałatka owocowa z cynamonem – 200g                                                                                                                                                                           | <b>II Śniadanie</b><br>Sałatka owocowa z cynamonem – 200g                                                                                                                                                                           |
| <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Kapusta zasmażana – 150g S<br>Sok – 200g                                                                             | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Gotowany schab w sosie warzywnym – 120g (7) G<br>Ziemniaki puree - 200g G<br>Gotowana marchewka -150g G<br>Sok – 200g                                                                              | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem brązowym – 300ml (1,9)G<br>Gotowany schab w sosie warzywnym – 120g (7) G<br>Ziemniaki z wody – 150g G<br>Kapusta zasmażana – 150g S<br>Woda -200g                                                       | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Gotowana marchewka -150g G<br>Sok – 200g                                                            | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem – 300ml (1,9)G<br>Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S<br>Ziemniaki puree – 200g (7) G<br>Kapusta zasmażana – 150g S<br>Sok – 200g                                                            |
| <b>Kolacja</b><br>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>Kolacja</b><br>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                                                                                  | <b>Kolacja</b><br>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                                                                     | <b>Kolacja</b><br>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>Kolacja</b><br>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><br>Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b><br>Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny</b><br>Maślanka naturalna – 200g (7)                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny</b><br>Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny</b><br>Herbatniki bebe – 30g (1,3,7)<br>Koktajl owocowy na bazie maślanki – 100g (7)                                                                                                                               |
| <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                            | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                                  | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                 | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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              | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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: 4.08.2025, 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 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>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 | 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 | 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 | 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 | 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>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Kapuśniak – 300ml (7,9) G<br>Gotowana sztuka filetu z kurczaka gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki pure – 200g (7) G<br>Surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                              | Zabelana zupa koperkowa – 300ml (7,9) G<br>Gotowana sztuka filetu z kurczaka gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki pure – 200g (7) G<br>Surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                            | Kapuśniak – 300ml (7,9) G<br>Gotowana sztuka filetu z kurczaka gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki z wody – 150g G<br>Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda – 200g                                                    | Zabelana zupa koperkowa – 300ml (7,9) G<br>Gotowana sztuka filetu z kurczaka gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki pure – 200g (7) G<br>Surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                                                | Kapuśniak – 300ml (7,9) G<br>Gotowana sztuka filetu z kurczaka gotowana w sosie koperkowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki pure – 200g (7) G<br>Surówka z marchewki i jabłka 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>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: 5.08.2025, 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 ogórkowa– 300ml (7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy z cebulką – 120g P<br>Ziemniaki z wody – 200g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                            | Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (7,9)G<br>Gotowany stek wieprzowy w sosie pomidorowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki z wody – 200g G<br>Gotowana marchewka– 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                | Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy z cebulką – 120g P<br>Ziemniaki z wody – 150g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda – 200g         | Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy z cebulką – 120g P<br>Ziemniaki z wody – 200g G<br>Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g                                                            | Zabielana zupa ogórkowa– 300ml (7,9)G<br>Pieczony stek wieprzowy z cebulką – 120g P<br>Ziemniaki z wody – 200g G<br>Surówka z białej 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>                                                                                                                                                                                                                                           |
| Galaretka – 150g                                                                                                                                                                                                                                               | Galaretka – 150g                                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny – 100g (7)                                                                                                                                                                                  | Galaretka – 150g                                                                                                                                                                                                                                               | Galaretka – 150g                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                     | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posumowanie dnia:</b>                                                                                                                                                                                                                                       |
| 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                                                                  | 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                                                                                   | 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                | 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                                                                  | 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: 6.08.2025, 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 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>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlna – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<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>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlna – 50g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g<br>jabłko gotowane – 100g G | Kawa zbożowa z mlekiem/herbata – 250g (1,7)<br>pieczywo razowe – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twarożek z rzodkiewką – 50g (7)<br>wędlna – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g | 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>wędlna – 50g<br>papryka – 60g<br>rzodkiewka – 15g<br>jabłko – 100g | 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>wędlna – 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>                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zupa cebulowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż – 200g G<br>Duszone warzywne curry z ciecierzycy – 120g (7) D<br>Gotowany brokuł – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                             | Zupa owocowa – 300ml G<br>Gotowany gulasz z kurczaka w sosie brokułowym – 120g (7) G<br>Ryż – 200g G<br>Gotowany brokuł – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                                   | Zupa cebulowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż brązowy – 150g G<br>Duszone warzywne curry z ciecierzycy – 120g (7) D<br>Gotowany brokuł – 200g G<br>Woda- 200g                                                  | Zupa cebulowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż – 200g G<br>Duszone warzywne curry z ciecierzycy – 120g (7) D<br>Gotowany brokuł – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                             | Zupa cebulowa – 300ml (7,9) G<br>Ryż – 200g G<br>Gotowany gulasz z kurczaka w sosie brokułowym – 120g (7) G<br>Gotowany brokuł – 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>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: 7.08.2025, 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 KARMIACEJ                                                                                                                                                                                                         | 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>                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                  | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Obiad</b>                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zabielana zupa pomidorowa z makaronem – 300ml (1,7,9)G<br>Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie szpinakowym – 120g (1,7) D<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g (7) G<br>Gotowana czerwona kapusta – 200g G<br>Sok – 200g                      | Zabielana zupa pomidorowa z makaronem – 300ml (1,7,9)G<br>Gotowany filet z kurczaka w sosie lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,7) G<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g (7) G<br>Gotowane trio warzywne – 200g G<br>Sok – 200g                        | Zabielana zupa pomidorowa z makaronem brązowym – 300ml (1,7,9)G<br>Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie szpinakowym – 120g (1,7) D<br>Ziemniaki z koperkiem – 150g G<br>Gotowana czerwona kapusta – 200g G<br>Woda – 200g | Zabielana zupa pomidorowa z makaronem – 300ml (1,7,9)G<br>Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie szpinakowym – 120g (1,7) D<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g (7) G<br>Gotowane trio warzywne – 200g G<br>Sok – 200g                       | Zabielana zupa pomidorowa z makaronem – 300ml (1,7,9)G<br>Duszona sztuka filetu z kurczaka w sosie szpinakowym – 120g (1,7) D<br>Ziemniaki puree z koperkiem – 200g (7) G<br>Gotowana czerwona kapusta – 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>kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g<br>wędlina – 40g<br>sałata – 10g<br>papryka – 50g                                                                     | Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>twaróg – 60g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g                                                                                                                     | 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                                                                      | 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                                                                   | 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>                                                                                                                                                                                                                               | <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] – 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                                                      | 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                                                               | 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                                   | 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                                                    | 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: 8.08.2025, 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 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>ser żółty – 50g (7)<br>miód – 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g<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>miód – 30g<br>ser żółty – 50g (7)<br>pomidor – 50g (bez skórki)<br>sałata - 10g<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>ser żółty – 50g (7)<br>wędlina– 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g                                           | <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>ser żółty – 50g (7)<br>miód – 30g<br>pomidor – 50g<br>sałata - 10g           | <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>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 buraczkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryba pieczona w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) P<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g       | Zabielana zupa buraczkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryba pieczona w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) P<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Gotowane trio warzywne– 200g G<br>Sok – 200g                                                           | Zabielana zupa buraczkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryba pieczona w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) P<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 150g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda -200g | Zabielana zupa buraczkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryba pieczona w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) P<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G<br>Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Sok – 200g | Zabielana zupa buraczkowa – 300ml (7,9) G<br>Ryba pieczona w sosie pietruszkowym – 120g (1,4,7) P<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: 9.08.2025, sobota**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                             | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                     | 4. DIETA KOBIETY WCIĄŻY MATKI KARMIAĄCEJ                                                                                                                                                                                                                                         | 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>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g<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>serek śmietankowy – 70g (7)<br>wędlina – 60g<br>sałata – 10g<br>pomidor – 50g<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>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g | <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>parówka – 70g<br>serek kanapkowy – 40g (7)<br>sałata – 10g<br>papryka konserwowa – 30g<br>pomidorki – 30g | <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>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>                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Grochówka– 300ml (1,7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z pieczarkami – 120g D<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                                       | Zupa krem z ziemniaka zabieleną – 300ml (7,9) G<br>Gotowany gulasz wieprzowy z cukinią – 120g G<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                                    | Grochówka– 300ml (1,7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z pieczarkami – 120g D<br>Kasza jęczmienna – 150g (1) G<br>Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g<br>Woda – 200g                         | Grochówka– 300ml (1,7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z pieczarkami – 120g D<br>Kasza jęczmienna – 200g (1) G<br>Buraczki gotowane z dodatkiem oleju słonecznikowego – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                      | Grochówka– 300ml (1,7,9)G<br>Gulasz wieprzowy duszony z pieczarkami – 120g D<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: 10.08.2025, niedziela**

\*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

| 1. DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3. DIETA Z OGRANICZENIA ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                            | 4. DIETA KOBIETY W CIĄŻY MATKI KARMIACEJ                                                                                                                                                                                                                                                                       | 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>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 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>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>wędlina – 30g<br>sałata – 10g<br>pomidor bez skórki – 50g<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>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 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>wędlina – 50g<br>twarożek z warzywami – 50g (7)<br>sałata – 10g<br>pomidor – 20g<br>ogórek – 40g<br>marchewka do pochrupania poszatkowana – 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>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><br>Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Gotowane pulpety drobiowe w sosie śmietanowym – 120g (1,3,7) G<br>Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                                                                                | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Gotowane pulpety drobiowe w sosie śmietanowym – 120g (1,3,7) G<br>Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G<br>Gotowane trio warzywne – 200g G<br>Sok – 200g                                                                                               | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem brązowym– 300ml (1,9) G<br>Gotowane pulpety drobiowe w sosie śmietanowym – 120g (1,3,7) G<br>Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Woda – 200g                                                            | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem brązowym– 300ml (1,9) G<br>Gotowane pulpety drobiowe w sosie śmietanowym – 120g (1,3,7) G<br>Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G<br>Mizeria – 200g (7)<br>Sok – 200g                                                                                                       | <b>Obiad</b><br>Rosół z makaronem– 300ml (1,9) G<br>Gotowane pulpety drobiowe w sosie śmietanowym – 120g (1,3,7) G<br>Ziemniaki z wody 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>pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>wędlina – 50g<br>pomidor – 30g; papryka – 30g                                                                                                                         | <b>Kolacja</b><br>Herbata – 250g<br>Chleb pszenny – 129g (1)<br>masło - 20g (7)<br>wędlina – 50g<br>lekka pasta jajeczna – 40g (3,7)<br>pomidor – 60g(bez skórki)                                                                                                                                          | <b>Kolacja</b><br>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                                                                                                   | <b>Kolacja</b><br>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>Kolacja</b><br>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><br>Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b><br>Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny</b><br>Serek homo naturalny – 150g (7)                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny</b><br>Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny</b><br>Koktajl owocowy na maślanie – 150g (7)<br>Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                                                                                        | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                                                                                      | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                                              | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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                                                                                        | <b>Posumowanie dnia:</b><br>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