

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
poniedziałek 15 września 2025

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
ŚNIADANIE	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Wędlina drobiowa 40g *soja/	0g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g
		3	Pieczycwo razowe 100g *gluten/	100g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Masło 10g *mleko/	10g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g
		4	Salata 5g	5g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g
		5	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		6	Dżem 25g 1szt	25g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g
		7	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Papryka 70g	70g	Pomidor 80g	80g
		8	Pomidor 80g	80g								
		9										
		10										
II	1											
	2											
	3											
OBİAD	1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	
	2	Gulasz wieprzowy 150g *jaja/*seler/	150g	Kasza bulgur z warzywami 200g *gluten/*jaja/*mleko/	200g	Kasza bulgur z warzywami 200g *gluten/*jaja/*mleko/	200g	Kasza bulgur z warzywami 200g *gluten/*jaja/*mleko/	200g	Kasza bulgur z warzywami 200g *gluten/*jaja/*mleko/	200g	
	3	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g	Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	
	4	Buraczki 100g *jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	
	5	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa kalafiorowa 300ml	300g	Zupa kalafiorowa 300ml	300g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa kalafiorowa 300ml	300g	
	6	Kopytka 200gr *gluten/*jaja/	0g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa z pora 300ml *jaja/	300g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	
	7											
	8											
	9											
	10											
Podwieczorek	1											
	2											
	3											
KOLACJA	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g
		2	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Pieczycwo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g
		3	Pieczycwo razowe 100g *gluten/	100g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Herbata 250ml	250g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g
		4	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Herbata 250ml	250g
		5	Kecup 15g *soja/*seler/	10g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g
		6	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Ogórek 80g	30g	Pomidor 80g	80g
		7	Pomidor 80g	80g								
		8										
		9										
		10										
II	1											
	2											
	3											
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ												
kcal		wartość energetyczna	2760,5	wartość energetyczna	1918	wartość energetyczna	1918	wartość energetyczna	1971	wartość energetyczna	1918	
g		białko ogółem	114,26	białko ogółem	103,5	białko ogółem	103,5	białko ogółem	100,75	białko ogółem	103,5	
g		węglowodany ogółem	368,92	węglowodany ogółem	225,09	węglowodany ogółem	225,09	węglowodany ogółem	243,92	węglowodany ogółem	225,09	
g		w tym: cukry		w tym: cukry	28	w tym: cukry	28	w tym: cukry	28,237	w tym: cukry	28	
g		tłuszcze ogółem	79,328	tłuszcze ogółem	78,528	tłuszcze ogółem	78,528	tłuszcze ogółem	77,23	tłuszcze ogółem	78,528	
g		w tym: nasycone kw. tłuszczowe	35,799	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,399	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,399	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,274	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,399	
g		błonnik	4633	błonnik	4501	błonnik	4501	błonnik	4511	błonnik	4501	
g		sód	3239	sód	1658	sód	2164,6	sód	1964	sód	2146,2	

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.