

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
wtorek 16 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	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Masło 10g *mleko/	10g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g
		4	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g
		5	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		6	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g
		7	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Papryka 70g	70g	Pomidor 80g	80g
		8	Jabłko pieczone 1szt	100g	Jabłko pieczone 1szt	100g						
		9										
		10										
II	1											
	2											
	3											
OBIAD		1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/		Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g
		2	Gałka mięsno-ryżowa 100g *gluten/*jaja/	100g			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	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g			Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g
		4	Ziemniaki 200g *mleko/	200g			Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g
		5	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g			Zupa kalafiorowa 300ml	300g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa kalafiorowa 300ml	300g
		6	Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	100g			Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa z pora 300ml *jaja/	300g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g
		7	Brokuł gotowany 100g *mleko/	100g								
		8										
		9										
		10										
Podwieczorek		1										
		2										
		3										
KOLACJA	I	1	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		2	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Masło 10g *mleko/	10g	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g
		3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Herbata 250ml	250g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g
		4	Pasta z soczewicy i pomidorów 80g *jaja/	80g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Herbata 250ml	250g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Herbata 250ml	250g
		5	Herbata 250ml	250g	Kecup 15g *soja/*seler/	10g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g
		6	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	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	2674	wartość energetyczna		wartość energetyczna	1918	wartość energetyczna	1971	wartość energetyczna	1918
		g	białko ogółem	136,87	białko ogółem	103,5	białko ogółem	103,5	białko ogółem	100,75	białko ogółem	103,5
		g	węglowodany ogółem	357	węglowodany ogółem	225,09	węglowodany ogółem	225,09	węglowodany ogółem	243,92	węglowodany ogółem	225,09
		g	w tym: cukry	24,925	w tym: cukry	28	w tym: cukry	28	w tym: cukry	28,237	w tym: cukry	28
		g	tłuszcze ogółem	94,018	tłuszcze ogółem	78,528	tłuszcze ogółem	78,528	tłuszcze ogółem	77,23	tłuszcze ogółem	78,528
		g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	39,566	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	5493	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.