

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
środa 17 września 2025

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna			
I	ŚNIADANIE	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	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	
		3	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Płatki ryżowe na mleku 300ml *mleko/	300g	
		4	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	
		5	Bułka grahamka 1szt	0g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	
		6	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	Twarożek z koperkiem 70g *mleko/	70g	
		7	Serek homogenizowany 150g *jaja/	150g	Serek homogenizowany 150g *jaja/	150g	Herbata 250ml	250g	Papryka 70g	70g	Pomidor 80g	80g	
		8	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Jabłko pieczone 1szt	100g					
		9											
		10											
II		1											
		2											
		3											
OBIAD		1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	
		2	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	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	
		3	Leczo z kurczakiem 200g *jaja/	200g	Leczo z kurczakiem 200g *jaja/	200g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	Sos koperkowy 70ml	70g	
		4	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	Pulpet pieczony 100g *gluten/*jaja/	100g	
		5	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Surówka z marchewki i jabłka 100g *jaja/	100g	Zupa kalafiorowa 300ml	300g	
		6					Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	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	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Herbata 250ml	250g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	
		4	Pomidor 80g	80g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Pasta z soczewicy i pomidorów 80g *jaja/	80g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	Herbata 250ml	250g	
		5	Masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pasta z soczewicy z marchewką 80g *jaja/*mleko/	80g	
		6	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Ogórek 80g	30g	Pomidor 80g	80g	
		7											
		8											
		9											
		10											
	II		1										
			2										
			3										
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ													
kcal	wartość energetyczna	23096	wartość energetyczna	23425	wartość energetyczna	2744	wartość energetyczna	1971	wartość energetyczna	1918			
g	białko ogółem	1978	białko ogółem	1986	białko ogółem	137,27	białko ogółem	100,75	białko ogółem	103,5			
g	węglowodany ogółem	390,78	węglowodany ogółem	452,48	węglowodany ogółem	367,15	węglowodany ogółem	243,92	węglowodany ogółem	225,09			
g	w tym: cukry	49,122	w tym: cukry		w tym: cukry		w tym: cukry	28,237	w tym: cukry	28			
g	tłuszcze ogółem	1537	tłuszcze ogółem	93,218	tłuszcze ogółem	78,528	tłuszcze ogółem	77,23	tłuszcze ogółem	78,528			
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	29,56	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,166	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,399	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,274	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,399			
g	błonnik	25190	błonnik	5361	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.