

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
sobota 20 września 2025

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna	
ŚNIADANIE	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/
		3	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g	Pasta z brokuła i jajka 100g *jaja/*gorczyca/	100g	Pomidor 80g
		6	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pasta z brokuła i jajka 100g *jaja/*gorczyca/	100g	Papryka konserwowa 80g	80g	Pasta z brokuła i jajka 100g *jaja/*gorczyca/
		7	Kielbasa żywiecka 40g	40g	Kielbasa żywiecka 40g	40g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		8									
		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/	
	2	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Zupa koperkowa z ryżem 300ml *seler/	300g	Marchew gotowana z groszkiem 100g *gluten/*mleko/	100g	Zupa koperkowa z ryżem 300ml *seler/	
	3	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g	Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	100g	Kotlet rybny 100g *gluten/*jaja/	100g	Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	
	4					Pulpet rybny 100g *gluten/*jaja/	100g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Pulpet rybny 100g *gluten/*jaja/	
	5					Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	100g	Ziemniaki 200g *mleko/	
	6					Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	100g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	
	7					Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Zupa kapuśniak 300ml *jaja/	300g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	
	8										
	9										
	10										
Podwieczorek	1										
	2										
	3										
Kolacja	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Dżem truskawkowy 50g	50g	Dżem wiśniowy 50g	50g	Dżem wiśniowy 50g	50g	Dżem wiśniowy 50g
		3	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/	250g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/	250g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/
		4	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Herbata 250ml	250g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/
		5	Herbata 250ml	250g			Twaróg 100g	100g	Twaróg 100g	100g	Twaróg 100g
		6	Pomidor 80g	80g							
		7									
		8									
		9									
		10									
	II	1									
		2									
		3									
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ											
kcal	wartość energetyczna	2193	wartość energetyczna	2278	wartość energetyczna	2441	wartość energetyczna	2604	wartość energetyczna	2441	
g	białko ogółem	87,497	białko ogółem	80,027	białko ogółem	112,41	białko ogółem	119,13	białko ogółem	112,41	
g	węglowodany ogółem	319,3	węglowodany ogółem		węglowodany ogółem	321,36	węglowodany ogółem	356,72	węglowodany ogółem	321,36	
g	w tym: cukry	26,346	w tym: cukry	46,684	w tym: cukry	24,525	w tym: cukry	49,625	w tym: cukry	46,684	
g	łuszcze ogółem	77,125	łuszcze ogółem	89,313	łuszcze ogółem	89,313	łuszcze ogółem	91,752	łuszcze ogółem	89,313	
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	34,536	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,757	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,757	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	33,979	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,757	
g	blonnik	2615	blonnik	4097	blonnik	4097	blonnik	4400,4	blonnik	4097	
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.