

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
niedziela 21 września 2025

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
ŚNIADANIE	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		2	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/		Masło 10g *mleko/	10g
		3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g			Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g			Salata 5g	5g
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g			Pomidor 80g	80g
		6	Kasza jęczmiennna na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jęczmiennna na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jęczmiennna na mleku 300ml *mleko/	300g			Pasta z brokuła i jajka 100g *jaja/*gorczyca/	100g
		7	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g			Herbata 250ml	250g
		8										
		9										
		10										
	II	1										
		2										
		3										
OBIAD	1	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	
	2	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Marchew gotowana z groszkiem 100g *gluten/*mleko/	100g	Zupa koperkowa z ryżem 300ml *seler/	300g	
	3	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Kotlet rybny 100g *gluten/*jaja/	100g	Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	100g	
	4	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Pulpet rybny 100g *gluten/*jaja/	100g	
	5	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	100g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	
	6							Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	100g	
	7							Zupa kapuśniak 300ml *jaja/	300g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	
	8											
	9											
	10											
Podwieczorek	1											
	2											
	3											
Kolacja	I	1	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Papryka 30g	30g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Dżem wiśniowy 50g	50g	Dżem wiśniowy 50g	50g
		3	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/	250g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/	250g
		4	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Twaróg 100g	100g	Twaróg 100g	100g
		6	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g				
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1										
		2										
		3										
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ												
kcal	wartość energetyczna	1970	wartość energetyczna	2106	wartość energetyczna	2106	wartość energetyczna	2604	wartość energetyczna	2441		
g	białko ogółem	92,859	białko ogółem	92,939	białko ogółem	92,939	białko ogółem	119,13	białko ogółem	112,41		
g	węglowodany ogółem	295,76	węglowodany ogółem	304,05	węglowodany ogółem	304,05	węglowodany ogółem	356,72	węglowodany ogółem	321,36		
g	w tym: cukry	23,135	w tym: cukry	22,705	w tym: cukry	22,705	w tym: cukry	49,625	w tym: cukry	46,684		
g	tłuszcze ogółem	63,099	tłuszcze ogółem	70,399	tłuszcze ogółem	70,399	tłuszcze ogółem	91,752	tłuszcze ogółem	89,313		
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	40,352	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,352	w tym: nasycone kw. tłuszczowe		w tym: nasycone kw. tłuszczowe	33,979	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,757		
g	błonnik	4229	błonnik	4097	błonnik	3178	błonnik	4400,4	błonnik	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.