

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
wtorek 22 lipca 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	Masło 10g *mleko/
		2	Szynka wieprzowa 40g	40g	Wędlina drobiowa 40g	0g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g
		3	Pieczywo razowe 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Zacierka na mleku 300ml	300g	Zacierka na mleku 300ml	300g	Zacierka na mleku 300ml
		4	Pomidor 80g	80g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g
		5	Salata 5g	5g	Płatki owsiane na mleku 300ml	300g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		6	Zacierka na mleku 300ml	300g	Dżem 25g 1szt	25g	Kecup 15g	10g	Kecup 15g	10g	Kecup 15g
		7	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Parówka 2szt	104g	Parówka 2szt	104g	Parówka 2szt
		8	Jabłko pieczone 1szt	100g	Pomidor 80g	80g					
		9									
		10									
II	1										
	2										
	3										
OBİAD	1	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	
	2	Gałka mięsno-ryżowa 100g	100g	Gulasz wieprzowy 150g	150g	Bukiet warzyw 100g	100g	Surówka z białej kapusty 100g	100g	Bukiet warzyw 100g	
	3	Sos 70ml	70g	Zupa jarzynowa 300ml	300g	Ziemniaki 200g	200g	Ziemniaki 200g	200g	Ziemniaki 200g	
	4	Ziemniaki 200g	200g	Buraczki 100g	100g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Udko pieczone 100g	100g	Zupa szpinakowa 300ml	
	5	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml	300g	Surówka zmarchewki i jabłka 100g	100g	Udko pieczone 100g	100g	Zupa szczawiowa 300ml	300g	Udko pieczone 100g	
	6	Marchew gotowana 100g	100g	Kopytka 200gr	0g						
	7	Brokuł gotowany 100g	100g								
	8										
	9										
	10										
Podwieczorek	1										
	2										
	3										
KOLACJA	I	1	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g	100g	Pieczywo pszenne 100g
		2	Wędlina drobiowa 40g	40g	Masło 10g	10g	Masło 10g	10g	Masło 10g	10g	Masło 10g
		3	Pieczywo razowe 100g	100g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g
		4	Pasta z soczewicy i pomidorów 80g	80g	Parówka 2szt	104g	Paprykarz 100g	100g	Paprykarz 100g	100g	Paprykarz 100g
		5	Herbata 250ml	250g	Kecup 15g	10g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		6	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g					
		7			Pomidor 80g	80g					
		8									
		9									
		10									
	II	1									
		2									
		3									
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ											
kcal	wartość energetyczna	2674	wartość energetyczna	2830,5	wartość energetyczna	2809	wartość energetyczna	3023	wartość energetyczna	2809	
g	białko ogółem	136,87	białko ogółem	114,66	białko ogółem	115,45	białko ogółem	138,77	białko ogółem	115,45	
g	węglowodany ogółem	357	węglowodany ogółem	379,12	węglowodany ogółem	370	węglowodany ogółem	348,11	węglowodany ogółem	370	
g	w tym: cukry	24,925	w tym: cukry		w tym: cukry	30,709	w tym: cukry	29,315	w tym: cukry	30,709	
g	tłuszcze ogółem	94,018	tłuszcze ogółem	109,76	tłuszcze ogółem	109,76	tłuszcze ogółem	130,9	tłuszcze ogółem	109,76	
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe		w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,99	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,99	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,918	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,99	
g	błonnik	4966	błonnik	4577	błonnik	4577	błonnik	4474	błonnik	4577	
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.