

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Bartoszycach
DZIAŁ ŻYWIENIA
wtorek 23 września 2025

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
ŚNIADANIE	I	1	Hebata 250ml	250g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Hebata 250ml	250g	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g
		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	Ser żółty 40g *jaja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		4	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g		
		5	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Papryka 70g	70g		
		6	Pasta z twarogu 70g	70g	Pasta z twarogu 70g	70g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g		
		7					Herbata 250ml	250g	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g		
		8										
		9										
		10										
II		1										
		2										
		3										
OBİAD		1	Bitka w sosie 150g *gluten/*jaja/	150g	Bitka w sosie 150g *gluten/*jaja/	150g	Kasza jęczmienna 200g	200g	Surówka z kiszonej kapusty 100g *jaja/	100g	Kompot 250ml *jaja/	250g
		2	Surówka z pekińskiej 100g *jaja/	100g	Surówka z pekińskiej 100g *jaja/	100g	Gulasz wieprzowy 150g *jaja/*seler/	150g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Zupa koperkowa z ryżem 300ml *seler/	300g
		3	Rosół z makaronem 300ml *gluten/*jaja/*seler/	300g	Rosół z makaronem 300ml *gluten/*jaja/*seler/	300g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Marchew gotowana 100g *gluten/*mleko/	100g
		4	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Zupa z brokuła 300ml	300g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Pulpet rybny 100g *gluten/*jaja/	100g
		5	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Mizeria 100g *mleko/	100g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g
		6									Surówka z kapusty pekińskiej 100g *jaja/	100g
		7									Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g
		8										
		9										
		10										
Podwieczorek		1										
		2										
		3										
Kolacja	I	1	Hebata 250ml	250g	Hebata 250ml	250g	Naleśniki z dżemem 2szt	2g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 50g *gluten/*mleko/	250g	Masło 10g *mleko/	10g	Dżem wiśniowy 50g	50g
		3	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g			Salata 5g	5g	Kawa inka 250ml *gluten/*mleko/	250g
		4	Jajko 1 szt *jaja/	1g	Jajko 1 szt *jaja/	1g			Kielbasa biała parzona 100g	100g	Drożdżówka 100g *gluten/*jaja/*mleko/	100g
		5	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g			Musztarda 20g *soja/*gorczyca/	10g	Twaróg 100g	100g
		6	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g			Herbata 250ml	250g		
		7							Pomidor 80g	80g		
		8										
		9										
		10										
	II		1									
			2									
			3									
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ												
kcal		wartość energetyczna	2164	wartość energetyczna	2234	wartość energetyczna	2346	wartość energetyczna	1983	wartość energetyczna	2441	
g		białko ogółem	122,4	białko ogółem	122,8	białko ogółem	100,78	białko ogółem	84,314	białko ogółem	112,41	
g		węglowodany ogółem	284,75	węglowodany ogółem	295	węglowodany ogółem	351,29	węglowodany ogółem	304,47	węglowodany ogółem	321,36	
g		w tym: cukry	22,486	w tym: cukry	22,086	w tym: cukry	44,555	w tym: cukry	24,453	w tym: cukry	46,684	
g		tłuszcze ogółem	74,019	tłuszcze ogółem		tłuszcze ogółem	68,574	tłuszcze ogółem	59,48	tłuszcze ogółem	89,313	
g		w tym: nasycone kw. tłuszczowe	35,285	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	23,117	w tym: nasycone kw. tłuszczowe		w tym: nasycone kw. tłuszczowe	29,552	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,757	
g		błonnik	4891	błonnik	2888	błonnik	4097	błonnik	3386	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.