

## Jadłospis 30.11.2023

Dieta podstawowa			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g kurczak z warzywami w galarecie 100 g sałata 35 g mandarynka 100 g płatki na mleku (*1,7) 300 ml herbata 300 ml	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g buraczki z olejem 100 g filet w sosie śmietanowo- koperkowym (*1,7) 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g szynka gotowana 70 g serek kiri (*7) 3 szt. sałata 35 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml Wafitki 45 g
Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 102 g, węglowodany 315 g, w tym cukry 61 g, tłuszcz 83 g, w tym nasycone 25 g, błonnik 34 g, sól 5,4 g			
Dieta łatwostrawna			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g kurczak z warzywami w galarecie 100 g sałata 35 g mandarynka 100 g płatki na mleku (*1,7) 300 ml herbata 300 ml  <b>Dla oddziału pediatrii:</b> pieczywo pszenno-żytnie 2 kromki 60 g bułka pszenna 1 szt. 50 g	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g buraczki z olejem 100 g filet w sosie śmietanowo- koperkowym (*1,7) 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g szynka gotowana 70 g serek kiri (*7) 3 szt. sałata 35 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml
Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 102 g, węglowodany 315 g, w tym cukry 61 g, tłuszcz 83 g, w tym nasycone 25 g, błonnik 34 g, sól 5,4 g			

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	100 ml
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
kurczak z warzywami w galarecie	100 g	buraczki z olejem	100 g	szynka gotowana	70 g		
pomidor	100 g	filet gotowany	100 g	serek wiejski light	3 szt.		
mandarynka	100 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	sałata	35 g		
płatki na mleku (*1,7)	300 ml			pomidor	100 g		
herbata	300 ml			herbata	300 ml		

**Wartości odżywcze: 2035 kcal, białko 104 g, węglowodany 285 g, w tym cukry 62 g, tłuszcz 65 g, w tym nasycone 14 g, błonnik 29 g, sól 6,4 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	100 g	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	chleb żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	100 ml
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	Wafitki	45 g
kurczak z warzywami w galarecie	100 g	buraczki z olejem	100 g	szynka gotowana	70 g		
sałata	35 g	filet w sosie śmietanowo-koperkowym (*1,7)	200 g	serek kiri (*7)	3 szt.		
mandarynka	100 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	sałata	35 g		
płatki na mleku	300 ml			pomidor	100 g		
herbata	300 ml			herbata	300 ml		

**Wartości odżywcze: 2228 kcal, białko 98 g, węglowodany 290 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 82 g, w tym nasycone 25 g, błonnik 32 g, sól 6 g**

Dieta wegetariańska			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g serek śmietankowy (*7) 1 szt. sałata 35 g mandarynka 100 g płatki na mleku 300 ml herbata 300 ml	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g buraczki z olejem 100 g cukinia smażona 150 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g serek kiri (*7) 3 szt. sałata 35 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml Wafitki 45 g

Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 100 g, węglowodany 317 g, w tym cukry 65 g, tłuszcz 112 g, w tym nasycone 46 g, błonnik 36 g, sól 6,2 g

Dieta papkowata			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Papka płatków na mleku z dżemem 200 g jogurt naturalny 150 g herbata 300 ml	zupa brokułowa z ziemniakami i natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g buraczki z olejem 100 g filet gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	Kasza jaglana na mleku z 2 jajami 200g herbata 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml

Wartości odżywcze: 1460 kcal, białko 72 g, węglowodany 192 g, w tym cukry 72 g, tłuszcz 50 g, w tym nasycone 15 g, błonnik 19 g, sól 0,6 g

Przygotowanie posiłku:

Obiad: zupa brokułowa z ziemniakami i natką - gotowanie

Ziemniaki – gotowane

Filet w sosie śmietanowo-koperkowym duszony

Buraczki - gotowane

**Pozostałe diety układane indywidualnie dla konkretnych pacjentów**

**Diety dla oddziału pediatrii układane indywidualnie na bazie diety łatwostrawnej dla pacjentów dorosłych.**

Ocena organoleptyczna dla każdego z posiłków została przeprowadzona przez pracownika szpitala i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu Dobry Posiłek.

**Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.**

\***Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne), (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

## Jadłospis zestaw 01.12.2023

Dieta podstawowa			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ser topiony (*7) 50 g szynka dębową 50 g sałata 35 g jabłko 100 g kakao na mleku (*7) 300 ml	zupa koperkowa z ziemniakami z natką (*1,3, 6,7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g ryba smażona (*1, 4) 150 g surówka z kiszanej kapusty z olejem 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g szynka konserwowa (*1,3) 50 g sałata 20 g sałatka brokułowa z jajkiem 150 g i majonezem (*1, 3, 6, 7, 9, 10) herbata 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml wafitki 45 g
<b>Wartości odżywcze: 2332 kcal, białko 89 g, węglowodany 264 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 34 g, błonnik 26 g, sól 6 g</b>			
Dieta łatwostrawna			
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g serek wiejski 150 g szynka dębową 50 g sałata 35 g jabłko 150 g kakao na mleku (*7) 300 ml <b>Dla oddziału pediatrii:</b> pieczywo pszenno-żytnie 2 kromki 60 g bułka pszenna 1 szt. 50 g	zupa koperkowa z ziemniakami z natką (*1,3, 6,7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g ryba smażona z gotowanymi warzywami (*1, 4) 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g szynka konserwowa (*1,3) 50 g sałata 20 g sałatka brokułowa z jajkiem i jogurtem (*1, 3, 6, 7, 9, 10) 150 g herbata 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
<b>Wartości odżywcze: 2713 kcal, białko 101 g, węglowodany 254 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 86 g, w tym nasycone 34 g, błonnik 27 g, sól 5</b>			

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów**

<b>Śniadanie 8.00</b>		<b>Obiad 13.00</b>		<b>Kolacja 17.00</b>		<b>II Kolacja 20.00</b>	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa koperkowa z ziemniakami		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Sok pomidorowy	300 ml
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	z natką (*1,3, 6,7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	szynka konserwowa (*1,3)	50 g		
serek wiejski light (*7)	50 g	ryba gotowana z gotowanymi warzywami		sałata	20 g		
szynka dębowa	50 g	(*4)	200 g	sałatka brokułowa z białkiem jaja			
sałata	35 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	i jogurtem (*1, 3, 6, 7, 9, 10)	150 g		
jabłko	150 g			herbata	300 ml		
kakao na mleku (*7)	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2006 kcal, białko 98 g, węglowodany 266 g, w tym cukry 49 g, tłuszcz 60 g, w tym nasycone 24 g, błonnik 28 g, sól 6 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>Śniadanie 8.00</b>		<b>Obiad 13.00</b>		<b>Kolacja 17.00</b>		<b>II Kolacja 20.00</b>	
chleb żytni (*1)	100 g	zupa koperkowa z ziemniakami		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Sok pomidorowy	300 ml
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	i natką (*1,3, 6,7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	Wafitki	45 g
ser topiony (*7)	50 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	szynka konserwowa (*1,3)	50 g		
szynka dębowa	50 g	ryba smażona bez panierki (*1, 3, 4)	200 g	sałata	20 g		
sałata	35 g	surówka z kiszonej kapusty		sałatka brokułowa z jajkiem	150 g		
jabłko	150 g	z olejem	100 g	i majonezem (*1, 3, 6, 7, 9, 10)			
kakao na mleku (*7) bez cukru	300 ml	napój owocowy-jabłkowy bez cukru	300 ml	herbata bez cukru	300 ml		

**Dieta wegetariańska**

<b>Śniadanie 8.00</b>		<b>Obiad 13.00</b>		<b>Kolacja 17.00</b>		<b>II Kolacja 20.00</b>	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa koperkowa z ziemniakami		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Sok pomidorowy	300 ml
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	z natką (*1,3, 6,7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	wafitki	45 g
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	kluski leniwe	300 g	sałata	20 g		
ser topiony (*7)	50 g	surówka z kiszonej kapusty z olejem	100 g	sałatka brokułowa z jajkiem	150 g		
sałata	35 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	i majonezem (*1, 3, 6, 7, 9, 10)			
jabłko	150 g			herbata	300 ml		
kakao na mleku (*7)	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2379 kcal, białko 91 g, węglowodany 262 g, w tym cukry 33 g, tłuszcz 97 g, w tym nasycone 297 g, błonnik 27 g, sól 7,5 g**

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki na mleku 200 g Papka z chleba pszenno-żytniego 100 g z serkiem topionym (*7) 50 g, masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g kakao 300 ml	zupa koperkowa z ziemniakami i natką (*1,3, 6,7, 9, 10) 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g ryba gotowana z gotowanymi warzywami (*4) 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	Papka z chleb pszenno-żytniego (*1) 100 g rozmoczonego w mleku (*7) 250 ml, masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g, z jabłkiem duszonym 150 g i serek śmietankowy (*7) 1 szt. herbata 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
<b>DODATEK WYSOKOBIAŁKOWY:</b>  Drugie śniadanie: jaja 1 szt. (*3)		chleb pszenno-żytni (*1) 30 g szynka konserwowa (*1,3) 20 g	

Wartości odżywcze: 1849 kcal, białko 59 g, węglowodany 272 g, w tym cukry 47 g, tłuszcz 60 g, w tym nasycone 26 g, błonnik 23 g, sól 4 g

#### Przyrządzanie potraw:

#### Obiad dieta podstawowa:

zupa koperkowa z ziemniakami – gotowana

ziemniaki gotowane

ryba panierowana - smażona

#### Obiad – dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

zupa koperkowa z ziemniakami – gotowana

ziemniaki gotowane

ryba duszona z warzywami – smażona bez panierki

#### Obiad dieta łatwo

Kolacja dieta podstawowa i pozostałe diety

Salatka brokułowa z jajkiem – brokuły i jajko gotowane

#### Pozostałe diety układane indywidualnie dla konkretnych pacjentów

#### Diety dla oddziału pediatrii układane indywidualnie na bazie diety łatwostrawnej dla pacjentów dorosłych.

Ocena organoleptyczna dla każdego z posiłków została przeprowadzona przez pracownika szpitala i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu Dobry Posiłek.

#### Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne, (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy,

## Jadłospis zestaw 02.12.2023

Dieta podstawowa							
Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa pomidorowa z ryżem		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Jogurt naturalny - 150 g	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	i z natką (*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	kasza gryczana	150 g	pasta z makreli wędzonej			
jajko na twardo (*3)	50 g	schab w sosie naturalnym	200 g	i warzyw z koperkiem (*4)	100 g		
szynka dębowa	30 g	surówka z sałaty lodowej marchewki		sałata	35 g		
majonez (*3)	20 ml	i zielonego ogórka z olejem	100 g	herbata	300 ml		
pomidor	100 g	napój jabłkowo-owocowy	300 ml				
kawa Inka (*1,7)	300 ml						
Wartości odżywcze: 2485 kcal, białko 112 g, węglowodany 311 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 92 g, w tym nasycone 28 g, błonnik 29 g, sól 6,6 g							
Dieta łatwostrawna							
Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa pomidorowa z ryżem i natką		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Jogurt naturalny - 150 g	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	(*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	pasta z makreli wędzonej			
jajko na twardo (*3)	50 g	schab w sosie naturalnym	200 g	i warzyw z koperkiem (*4)	100 g		
szynka dębowa	30 g	marchewka gotowana	100 g	sałata	35 g		
majonez	20 ml	napój jabłkowo-owocowy	300 ml	herbata	300 ml		
pomidor	100 g						
kawa Inka (*1,7)	300 ml						
<b>Dla oddziału pediatrii:</b>							
pieczywo pszenno-żytnie							
2 kromki	60 g						
bułka pszenna	1 szt. 50 g						
Wartości odżywcze: 2485 kcal, białko 112 g, węglowodany 311 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 92 g, w tym nasycone 28 g, błonnik 29 g, sól 6,6 g							

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa pomidorowa z ryżem i natką		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Jogurt naturalny - 150 g	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	(*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	pasta z tuńczyka i warzyw			
twaróg plastry	100 g	schab gotowany	100 g	z koperkiem (*4)	100 g		
dżem owocowy	50 g	marchewka gotowana z olejem	100 g	sałata	35 g		
pomidor	100 g	napój jabłkowo-owocowy	300 ml	herbata	300 ml		
kawa Inka (*1,7)	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 103 g, węglowodany 311 g, w tym cukry 63 g, tłuszcz 62 g, w tym nasycone 23 g, błonnik 28 g, sól 6,7 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa pomidorowa z ryżem i natką		chleb żytni (*1)	100 g	Jogurt naturalny - 150 g	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	(*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	kasza gryczana z koperkiem	100 g	pasta z makreli wędzonej,			
jajko na twardo (*3)	50 g	schab w sosie naturalnym	200 g	i warzyw z koperkiem (*4)	100 g		
szynka dębowa	30 g	surówka z sałaty lodowej marchewki		sałata	35 g		
majonez	20 ml	i zielonego ogórka z olejem	100 g	herbata bez cukru	300 ml		
pomidor	100 g	g napój jabłkowo-owocowy	300 ml				
kawa Inka (*1,7)	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2485 kcal, białko 112 g, węglowodany 311 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 92 g, w tym nasycone 28 g, błonnik 29 g, sól 6,6 g**

**Dieta wegetariańska**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa pomidorowa z ryżem i natką		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Jogurt naturalny 150 g	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	(*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g		
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	sałata	20 g		
twaróg plastry	100 g	kotlet z ciecierzycy	100 g	pasta z ciecierzycy i warzyw	100 g		
dżem owocowy	50 g	surówka z sałaty lodowej marchewki		herbata	300 ml		
pomidor	100 g	i zielonego ogórka z olejem	100 g				
kawa Inka (*1,7)	300 ml	napój jabłkowo-owocowy	300 ml				

Wartości odżywcze: 2377 kcal, białko 112 g, węglowodany 288 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 90 g, w tym nasycone 27 g, błonnik 28 g, sól 6,5 g

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
Chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	zupa pomidorowa z ryżem i natką		Papka z ryżu na sypko z mięsem		Jogurt naturalny -	150 g
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	(*1, 3, 6, 7, 9, 10)	350 ml	gotowanym z koperkiem	200 g		
Jaja 2 szt. (*3)	100 g	ziemniaki z koperkiem	200 g	herbata	300 ml		
ryż	50 g	schab gotowany	100 g				
mleko (*7)	200 ml	marchewka gotowana z olejem	100 g				
kawa Inka (*1,7)	300 ml	napój jabłkowo-owocowy	300 ml				
<b>DODATEK WYSOKOBIAŁKOWY:</b>				Jajo (*3) 1 szt.	50 g		
Drugie śniadanie: jogurt naturalny (*7)							
150 g							

Wartości odżywcze: 20353 kcal, białko 119 g, węglowodany 297 g, w tym cukry 54 g, tłuszcz 63 g, w tym nasycone 24 g, błonnik 24 g, sól 4,4 g

Sposób przygotowania potraw:

Obiad: zupa pomidorowa z ryżem – gotowana

Kasza gryczana – gotowana

Gulasz drobiowy – duszony

Buraczki gotowane

Dieta papkowata – potrawy gotowane

Pozostałe diety układane indywidualnie dla konkretnych pacjentów

Diety dla oddziału pediatrii układane indywidualnie na bazie diety łatwostrawnej dla pacjentów dorosłych.

Ocena organoleptyczna dla każdego z posiłków została przeprowadzona przez pracownika szpitala i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu Dobry Posiłek.

#### Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne), (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

## Jadłospis 03.12.2023

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ryż na mleku (*1,7) 300 ml parówki na gorąco (*1, 9) 120 g musztarda 20 g sałata 35 g ogórek zielony cały 100 g herbata 300 ml	rosół z makaronem (*1, 3, 6,7, 9, 10) z natką 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g kalafior gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ser kasztelański pomidor 100 g herbata 300 ml	Ciasteczka fit 50 g jabłko 150 g

**Wartości odżywcze: 2133 kcal, białko 93 g, węglowodany 228 g, w tym cukry 52 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 48 g, błonnik 23 g, sól 5,7 g**

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ryż na mleku (*1,7) 300 ml parówki na gorąco (*1, 9) 120 g ogórek kwaszony cały 100 g sałata 35 g herbata 300 ml  <b>Dla oddziału pediatrii:</b> pieczywo pszenno-żytnie 2 kromki 60 g bułka pszenna 1 szt. 50 g	rosół z makaronem (*1, 3, 6,7, 9, 10) z natką 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g kalafior gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ser żółty kasztelański (*7) 70 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Ciasteczka fit 50 g jabłko 150 g

**Wartości odżywcze: 2133 kcal, białko 93 g, węglowodany 228 g, w tym cukry 52 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 48 g, błonnik 23 g, sól 5,7 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ryż na mleku (*1,7) 300 ml szynka gotowana 70 g pomidor 100 g sałata 35 g herbata 300 ml	rosół z makaronem (*1, 3, 6, 7, 9, 10) z natką 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany 150 g kalafior gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g twaróg półtłusty 70 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

**Wartości odżywcze: 1951 kcal, białko 85 g, węglowodany 234 g, w tym cukry 53 g, tłuszcz 84 g, w tym nasycone 33 g, błonnik 25 g, sól 4,7 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ryż na mleku (*1,7) 300 ml parówki na gorąco (*1, 9) 120 g musztarda 20 g sałata 35 g ogórek zielony cały 100 g herbata 300 ml	rosół z makaronem (*1, 3, 6, 7, 9, 10) z natką 350 ml ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g kalafior gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy bez cukru 300 ml	chleb żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ser żółty kasztelański (*7) 70 g pomidor 100 g herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

**Wartości odżywcze: 2133 kcal, białko 93 g, węglowodany 228 g, w tym cukry 52 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 48 g, błonnik 23 g, sól 5,7 g**

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na gęsto z dżemem 50 g 200 g, jogurtem 150 g Herbata 300 ml	rosół z makaronem (*1, 3, 6, 7, 9, 10) z natką 350ml kurczak gotowany 150 g ziemniaki z koperkiem 200 g kalafior gotowany 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	Papka z kaszy jaglanej z warzywami 200 g: Kasza jaglana 100 g Marchewka 50 g Seler 50 g Pietruszka 50 g szynka konserwowa 50 g herbata 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml
<b>DODATEK WYSOKOBIAŁKOWY:</b> Drugie śniadanie: jogurt naturalny		chleb pszenno-żytni (*1) 30 g, tłuszcz roślinny do smarowania 10 g, jajo 1 szt. (*3)	

Wartości odżywcze: 1258 kcal, białko 58 g, węglowodany 158 g, w tym cukry 49 g, tłuszcz 40 g, w tym nasycone 16, błonnik 23 g, sól 2 g

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g ser kasztelański 70 g pomidor 100 g kawa Inka (*1,7) 300 ml	Zupa jarzynowa (*1, 3, 6, 7, 9, 10) z natką 350ml 2 naleśniki z twarogiem 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g pasta z fasoli 100 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Ciasteczka fit 50 g jabłko 150 g

Wartości odżywcze: 2133 kcal, białko 93 g, węglowodany 228 g, w tym cukry 52 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 48 g, błonnik 23 g, sól 5,7 g

#### Przyrządzanie potraw:

##### Obiad dieta podstawowa:

Rosół z makaronem - gotowany

ziemniaki gotowane

udko - pieczone

Obiad dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu:

Udko gotowane

Dieta papkowata – potrawy gotowane

## Jadłospis zestaw 04.12.2023

Dieta podstawowa				
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1) 70 g chleb pszenno-żytni (*1) 30 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g serek wiejski 200 g szynka dębowa 50 g ogórek kwaszony 100 g sałata 35 g herbata 300 ml	barszcz czerwony (*1,3, 6,7,9, 10) 350 ml ryż paraboiled z koperkiem 150 g leczko 200 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g pasta jajeczna z majonezem, jogurtem i koperkiem (*3, 7) 120 g sałata 20 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Mus warzywno- owocowy 100 ml wafitki 45 g	
Wartości odżywcze: 2155 kcal, białko 112 g, węglowodany 258 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 86 g, w tym nasycone 26, błonnik 24 g, sól 5,6 g				
Dieta łatwostrawna				
Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00	
chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g serek wiejski 200 g szynka dębowa 50 g ogórek kwaszony 100 g sałata 35 g herbata 300 ml	barszcz czerwony (*1,3, 6,7,9, 10) 350 ml ryż paraboiled z koperkiem 150 g gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1) 200 g surówka z marchewki, selera i jabłka 100 g napój owocowy-jabłkowy 300 ml	chleb pszenno-żytni (*1) 100 g masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g pasta jajeczna z majonezem, jogurtem i koperkiem (*3, 7) 120 g sałata 20 g pomidor 100 g herbata 300 ml	Mus warzywno- owocowy 100 ml	
Wartości odżywcze: 2155 kcal, białko 112 g, węglowodany 258 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 86 g, w tym nasycone 26, błonnik 24 g, sól 5,6 g				

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	barszcz czerwony (*1,3, 6,7,9, 10)	350 ml	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno- owocowy 100 ml
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ryż paraboiled z koperkiem	150 g	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	
serek wiejski light	200 g	gulasz drobiowy w sosie		pasta jajeczna z białek		
dżem	1 szt.	koperkowym (*1)	200 g	z jogurtem i koperkiem (*3, 7)	120 g	
herbata	300 ml	surówka z marchewki, selera i jabłka	100 g	sałata	20 g	
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml	pomidor	100 g	
				herbata	300 ml	

**Wartości odżywcze: 2024 kcal, białko 116 g, węglowodany 292 g, w tym cukry 65 g, tłuszcz 55 g, w tym nasycone 24, błonnik 25 g, sól 5 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00
chleb żytni (*1)	100 g	barszcz czerwony (*1,3, 6,7,9, 10)	350 ml	chleb żytni (*1)	100 g	Mus warzywno- owocowy 100 ml
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	ryż paraboiled z koperkiem	150 g	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	
serek wiejski	200 g	gulasz drobiowy w sosie		pasta jajeczna z majonezem,		Wafitki 45 g
szynka dębowa	50 g	koperkowym (*1)	200 g	jogurtem i koperkiem (*3, 7)	120 g	
ogórek kwaszony	100 g	surówka z marchewki, selera i jabłka	100 g	sałata	20 g	
sałata	35 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	pomidor	100 g	
herbata bez cukru	300 ml			herbata	300 ml	

**Wartości odżywcze: 2067 kcal, białko 112 g, węglowodany 236 g, w tym cukry 35 g, tłuszcz 86, g, w tym nasycone 26, błonnik 24 g, sól 5,5 g**

--

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	100 g	Barszcz czerwony na wywarze warzywnym (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		chleb żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	
masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	z natką	350ml	masło ekstra 82 proc. (*7)	20 g	100 ml	
serek wiejski	200 g	ryż paraboiled	200 g	pasta jajeczna z majonezem, jogurtem i koperkiem (*3, 7)	120 g	wafitki	45 g
ogórek kwaszony	100 g	wegetariańskie leczo	200 g	sałata	20 g		
sałata	35 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	pomidor	100 g		
herbata bez cukru	300 ml			herbata	300 ml		

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
Papka z ryżu na mleku (*7) 200 g,		barszcz czerwony (*1,3, 6,7,9, 10)	350 ml	papka z pieczywa pszenno-żytniego z pastą jajeczna z jajek, jogurtem i koperkiem (*3, 7)	200 g	Mus warzywno-owocowy 100 ml	
masło ekstra 82 proc. (*7) 20 g, dżem 50 g		ryż paraboiled z koperkiem	150 g	herbata	300 ml		
200 g		gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1)	200 g				
herbata	300 ml	surówka z marchewki, selera i jabłka	100 g				
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

**Wartości odżywcze: 1692 kcal, białko 104 g, węglowodany 236 g, w tym cukry 83 g, tłuszcz 52 g, w tym nasycone 21 g, błonnik 19 g, sól 1,5 g**

Sposób przyrządzania posiłków:

Obiad: barszcz czerwony - gotowany

Kasza jęczmienna – gotowana

Schab – duszony

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów i dieta papkowata do obiadu marchewka gotowana

#### **Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.**

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne), (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

## Jadłospis 05.12.2023

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa szpinakowa		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Serek wiejski	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	(*1,3, 6, 7, 9, 10) z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	200 g	
masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	udzik z kurczaka pieczony	200 g	sałata	20 g		
makaron na mleku	300 ml	ziemniaki z koperkiem	200 g	sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem			
ser żółty (*1)	70 g	surówka z białej kapusty i marchewki z olejem	100 g	(*3, 7, 9, 10)	180 g		
pomidor	100 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	kiełbasa szynkowa	40 g		
sałata	35 g			herbata	300 ml		
herbata	300 ml						

Wartości odżywcze: 2326 kcal, białko 90 g, węglowodany 295 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,4 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	zupa szpinakowa (*1,3, 6, 7, 9, 10) z natką pietruszki	350 ml	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Serek wiejski	
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	udzik z kurczaka pieczony	200 g	masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	200 g	
masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	ziemniaki gotowane z koperkiem	200 g	sałata	20 g		
makaron na mleku	300 ml	marchewka gotowana z olejem	100 g	sałatka jarzynowa z majonezem, jogurtem i koperkiem			
ser żółty (*1)	70 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	(*3, 7, 9, 10)	180 g		
pomidor	100 g			kiełbasa szynkowa	40 g		
sałata	35 g			herbata	300 ml		
herbata	300 ml						

Wartości odżywcze: 2326 kcal, białko 90 g, węglowodany 295 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,4 g

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	zupa szpinakowa (*1,3, 6, 7, 9, 10) z natką pietruszki	350 ml	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Serek wiejski	
twarożek z pietruszką (*7)	100 g	udzik z kurczaka gotowany w sosie pietruszkowym (*1)	250 g	masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	light 200 g	
masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	ziemniaki puree z koperkiem	200 g	sałata	20 g		
makaron na mleku	300 ml	marchewka gotowana z olejem	100 g	sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (*7, 9, 10)	180 g		
pomidor	50 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	kiełbasa szynkowa	40 g		
sałata	35 g			herbata	300 ml		
herbata	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2122 kcal, białko 93 g, węglowodany 297 g, w tym cukry 56 g, tłuszcz 69 g, w tym nasycone 29 g, błonnik 38 g, sól 7 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	100 g	zupa szpinakowa	350 ml	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Serek wiejski	200 g
masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	udzik z kurczaka pieczony	200 g	masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g		
makaron na mleku	300 ml	ziemniaki z koperkiem	200 g	sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (*3, 7, 9, 10)	180 g		
ser żółty (*7)	70 g	surówka z białej kapusty i marchewki z olejem	100 g	kiełbasa szynkowa	40 g		
pomidor	100 g	napój owocowy-jabłkowy bez cukru	300 ml	herbata bez cukru	300 ml		
sałata	35 g						
herbata	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2231 kcal, białko 88 g, węglowodany 273 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,5 g**

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	100 g	zupa szpinakowa (*1,3, 6, 7, 9, 10)	z natką	chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Serek wiejski	
masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 proc. (*7)	20 g	light 200 g	
makaron na mleku	300 ml	kotlet jajeczny	100 g	sałata	20 g		
ser żółty (*7)	70 g	ziemniaki puree z koperkiem	200 g	sałatka jarzynowa z jogurtem			
pomidor	100 g	marchewka gotowana z olejem	100 g	i koperkiem (*7, 9, 10)	180 g		
sałata	35 g	napój owocowy-jabłkowy	300 ml	herbata	300 ml		
herbata	300 ml						

**Wartości odżywcze: 2231 kcal, białko 88 g, węglowodany 273 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 94 g, w tym nasycone 41 g, błonnik 40 g, sól 5,5 g**

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
Pieczywo pszenno-żytnie (*1)		zupa szpinakowa (*1,3, 6, 7, 9, 10)		Papka z sałatki jarzynowej z		Serek wiejski 200	
rozmoczone w mleku (*7)		z natką pietruszki	350 ml	jogurtem z dodatkiem chleba		g	
100 g		udzik z kurczaka gotowany w sosie		pszenno-żytniego	200 g		
Budyń waniliowy		pietruszkowym (*1)	250 g	herbata			
na mleku (*1)	150 g	ziemniaki puree z koperkiem	200 g	300 ml			
herbata	300 ml	marchewka gotowana	100 g				
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

**Wartości odżywcze: 1603 kcal, białko 80 g, węglowodany 185 g, w tym cukry 63 g, tłuszcz 70 g, w tym nasycone 34 g, błonnik 28 g, sól 2,2 g**

Sposób przyrządzenia posiłków:

Obiad: zupa ogórkowa z ziemniakami - gotowana

Ziemniaki gotowane – gotowana

Udzik kurczaka – pieczony – dieta podstawowa

Udzik z kurczaka gotowany dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów i dieta papkowata do obiadu marchewka gotowana

## Jadłospis zestaw 06.12.2023

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb żytni (*1)	70 g	jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		Chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	100 ml
chleb pszenno-żytni (*1)	30 g	z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 % (*7)	20 g		
masło ekstra 83 % (*7)	20 g	pulpet wieprzowy gotowany w sosie		pasta warzywno-mięsna	100 g		
serek śmietankowy (*7)	1 szt.	pomidorowo-koperkowym (*1, 3, 9)	200 g	sałata	20 g		
pomidor	50 g	kasza jęczmienna	100 g	sałatka z pomidora z cebulką			
banan	120 g	buraczki z jabłkiem, ogórkiem		i olejem	100 g		
herbata	300 ml	kwaszonym i olejem	100 g	herbata	300 ml		
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

Wartości odżywcze: 2515 kcal, białko 101 g, węglowodany 290 g, w tym cukry 58 g, tłuszcz 102 g, w tym nasycone 37 g, błonnik 24 g, sól 6,6 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	100 ml
masło ekstra 83 % (*7)	20 g	z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 % (*7)	20 g		
serek śmietankowy (*7)	1 szt.	pulpet wieprzowy gotowany w sosie		pasta warzywno-mięsna	100 g		
banan	120 g	pomidorowo-koperkowym (*1, 3, 9)	200 g	sałata	20 g		
pomidor	100 g	buraczki z jabłkiem, ogórkiem		sałatka z pomidora z olejem	100 g		
herbata	300 ml	kwaszonym i olejem	100 g	herbata	300 ml		
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

Wartości odżywcze: 2515 kcal, białko 101 g, węglowodany 290 g, w tym cukry 58 g, tłuszcz 102 g, w tym nasycone 37 g, błonnik 24 g, sól 6,6 g

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

<b>Śniadanie 8.00</b>		<b>Obiad 13.00</b>		<b>Kolacja 17.00</b>		<b>II Kolacja 20.00</b>	
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy	
masło ekstra 83 % (*7)	20 g	z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 % (*7)	20 g		
serek śmietankowy (*7)	1 szt.	pulpet wieprzowy gotowany w sosie		pasta warzywno-mięsna	100 g		
banan	120 g	pomidorowo-koperkowym (*1, 3, 9)	200 g	sałata	20 g		
pomidor	100 g	buraczki z jabłkiem, ogórkiem		sałatka z pomidora z olejem	100 g		
herbata	300 ml	kwaszonym i olejem	100 g	herbata	300 ml		
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

**Wartości odżywcze: 2389 kcal, białko 92 g, węglowodany 284 g, w tym cukry 57 g, tłuszcz 98 g, w tym nasycone 36 g, błonnik 24 g, sól 6,6 g**

**Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>Śniadanie 8.00</b>		<b>Obiad 13.00</b>		<b>Kolacja 17.00</b>		<b>II Kolacja 20.00</b>	
chleb żytni (*1)	100 g	jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy 100 ml	
masło ekstra 83 % (*7)	20 g	z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 % (*7)	20 g		
serek śmietankowy (*7)	1 szt.	pulpet wieprzowy gotowany w sosie		pasta warzywno-mięsna	100 g		
szynkowa d'Ybowa	50 g	pomidorowo-koperkowym (*1, 3, 9)	200 g	sałata	20 g		
grejpfrut ½ sztuki	100 g	buraczki z jabłkiem, ogórkiem		sałatka z pomidora z cebulką			
pomidor	100 g	kwaszonym i olejem	100 g	i olejem	100 g		
herbata	300 ml	napój owocowy-jabłkowy bez cukru	300 ml	herbata	300 ml		

**Wartości odżywcze: 2418 kcal, białko 96 g, węglowodany 270 g, w tym cukry 44 g, tłuszcz 101 g, w tym nasycone 37 g, błonnik 23 g, sól 6,6 g**

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		chleb pszenno-żytni (*1)	100 g	Mus warzywno-owocowy 100 ml	
masło ekstra 83 % (*7)	20 g	z natką pietruszki	350 ml	masło ekstra 83 % (*7)	20 g		
serek śmietankowy (*7)	1 szt.	pulpety z soczewicy w sosie pomidorowo-		pasta z fasoli	100 g		
banan	120 g	koperkowym	200 g	sałata	20 g		
pomidor	100 g	buraczki z jabłkiem, ogórkiem		sałatka z pomidora z olejem	100 g		
herbata	300 ml	kwaszonym i olejem	100 g	herbata	300 ml		
		napój owocowy-jabłkowy	300 ml				

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00		Obiad 13.00		Kolacja 17.00		II Kolacja 20.00	
Papka z kaszy jaglanej na mleku (*7)		jarzynowa z ciecierzycą (*1, 3, 6, 7, 9, 10)		Papka z pastą warzywno-mięsną	200 g	Mus warzywno-owocowy 100 ml	
z jabłkiem gotowanym i masłem		z natką pietruszki	350 ml	Chleb pszenno-żytni	100 g		
śmietankowym	300 g	pulpet wieprzowy gotowany w sosie		Masło śmietankowe	20 g		
herbata	300 ml	pomidorowo-koperkowym (*1, 3, 9)	200 g	herbata	300 ml		
		buraczki z jabłkiem, ogórkiem					
		kwaszonym i olejem	100 g				
		napój owocowo-jabłkowy	300 ml				

**Wartości odżywcze: 1936 kcal, białko 74 g, węglowodany 246 g, w tym cukry 53 g, tłuszcz 77 g, w tym nasycone 25 g, błonnik 21 g, sól 2,2 g**

#### Przygotowanie posiłków

Obiad: zupa szpinakowa – gotowana

Kasza bulgur – gotowana

Pulpet wieprzowy – gotowany

Kolacja – pasta warzywno-mięsna - produkty gotowane

**Pozostałe diety układane indywidualnie dla konkretnych pacjentów**

**Diety dla oddziału pediatrii układane indywidualnie na bazie diety łatwostrawnej dla pacjentów dorosłych.**

Ocena organoleptyczna dla każdego z posiłków została przeprowadzona przez pracownika szpitala i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu Dobry Posiłek.

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne), (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

Dietetyk dr inż. Agnieszka Leciejewska - 507603440