

**Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”**

16.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKROW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki owsiane gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Chudy twarożek 30 g 7 Ser żółty 20 g 7 Wędlina chuda mieszana 40 g Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki owsiane gotowane na mleku 300 ml 1, 7 twarożek chudy 30 g 7 , hummus 25 g wędlina chuda mieszana 40 g sałata 5 g pomidor 50 g masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki owsiane gotowane na mleku 300 ml 1, 7 twarożek chudy 30 g 7 , hummus 25 g wędlina chuda mieszana 40 g sałata 5 g pomidor 50 g masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Sałatka ogórkowo-pomidorowa z marchewką i orzechami włoskimi 250 g 5
OBIAD	Kapuśniak z białej kapusty 330 ml Kasza jęczmienna 50 g 1 Stek wieprzowy z cebulką 140 g surówka z białej kapusty z ogórkiem kiszonym 140 g 12 Kompot owocowy b/c 250 ml	Kapuśniak z białej kapusty 330 ml Kasza jęczmienna 50 g 1 Stek wieprzowy pieczony w piecu w sosie koperkowym 140 g Gotowane warzywa 140 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Kapuśniak z białej kapusty 330 ml Kasza jęczmienna 50 g 1 Stek wieprzowy pieczony w piecu w sosie koperkowym 140 g Gotowane warzywa 140 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Kisiel owocowy 330 ml
KOLACJA	Sałata 5g Pomidor 50 g pasta mięsna 30 g wędlina szynkowa 40 g masło 10 g 7 chleb baltonowski 80 g 1 sałatka różnorodności 150 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Pasta mięsna 30 g 7 Wędlina szynkowa chuda 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Legumina ryżowa 350 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Pasta mięsna 30 g 7 Wędlina szynkowa chuda 40 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Legumina ryżowa 350 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia 2016kcal W : 251g, B: 120g, T: 69g Błonnik :27g, Skrobia : 143g, Sacharoza : 44g, Sód : 2551mg, Tł. Nasycone : 28g	Energia 1919cal W : 2611g, B: 100g, T: 61g Błonnik :23g, Skrobia : 147g, Sacharoza : 43g, Sód : 2382mg, Tł. Nasycone : 26g	Energia 2176kcal W : 292g, B: 117g, T: 73g Błonnik :34g, Skrobia : 153g, Sacharoza : 58g, Sód : 2833mg, Tł. Nasycone : 29g

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

17.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twaróg 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Sałata 5 g Ogórek kiszony 60 g Parówka gotowana 30 g Masło 10 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kasza manna na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twaróg 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Parówka gotowana 30 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml	Kasza manna na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twaróg 30 g 7 Wędlina drobiowa 40 g Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Parówka gotowana 30 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Owoc 150 g
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml 1 Ryż brązowy 50 g Udko pieczone w piecu 140 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml 1 Ryż brązowy 50 g Udko pieczone w piecu 140 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml 1 Ryż brązowy 50 g Udko pieczone w piecu 140 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Gruszka pieczona w piecu 130 g
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Serek fromage 25 g 7 Wędlina chuda 40 g Paszтет drobiowy pieczony 25 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Kluseczki babuni na mleku 330 g 1, 3, 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Serek kanapkowy 25 g 7 Wędlina szynkowa chuda 40 g Pasta warzywna 25 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kisiel z owocami 330 g 1, 3, 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Serek kanapkowy 25 g 7 Wędlina szynkowa chuda 40 g Pasta warzywna 25 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kisiel z owocami 330 g 1, 3, 7 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt owocowy 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Jogurt naturalny 150 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia : 2143kcal W : 275g, B: 105g, T: 79g Błonnik :25g, Skrobia : 145g, Sacharoza : 56g, Sód : 2659mg, Tł. Nasycone : 36g	Energia 2179kcal W : 309g, B: 95g, T: 71g Błonnik :23g, Skrobia : 152g, Sacharoza : 54g, Sód : 2223mg, Tł. Nasycone : 32g	Energia 2382kcal W : 343g, B: 101g, T: 81g Błonnik :35g, Skrobia : 151g, Sacharoza : 64g, Sód : 2329mg, Tł. Nasycone : 34g

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

18.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Otręby gotowane na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twarożek z jogurtem naturalnym 60 g 7 Ser żółty 20 g 7 Szynka chuda drobiowa 40 g Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g 7 Chleb bałtonowski 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Otręby gotowane na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twarożek z jogurtem naturalnym 60 g 7 Hummus 25 g Szynka chuda drobiowa 40 g Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Otręby gotowane na mleku 230 ml 1, 7 Chudy twarożek z jogurtem naturalnym 60 g 7 Hummus 25 g Szynka chuda drobiowa 40 g Sałata 5 g Pomidor 100 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Chleb wieloziarnisty 30 g 1 Mozzarella 30 g 7 Pomidor 20 g
OBIAD	Barszcz czerwony 350 ml Makaron świderki z twarogiem i polewą owocową 300 g 1, 7 Kompot owocowy b/c 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy pieczony w piecu w sosie beszamel 140 g 1, 3, 7 Surówka z marchewki 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy pieczony w piecu w sosie beszamel 140 g 1, 3, 7 Surówka z marchewki 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Jogurt naturalny z migdałami 170 g 5, 7
KOLACJA	Sałata 5 g Ogórek kiszony 60 g 12 Pasta rybna 25 g 4, 7 Wędlina szynkowa 40 g Masło 10 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Kalafior gotowany 80 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Ogórek kiszony 60 g 12 Pasta rybna 25 g 4, 7 Wędlina mieszana 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Budyń śmietankowy 150 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Ogórek kiszony 60 g 12 Pasta rybna 25 g 4, 7 Wędlina mieszana 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Budyń śmietankowy 150 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Banan 120 g	Koktajl owocowy na kefirze 170 ml 7	Koktajl owocowy na kefirze 170 ml 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia : 1846kcal W : 267g, B: 84g, T: 63g Błonnik :35g, Skrobia : 131g, Sacharoza : 59g, Sód : 2198mg, Tł. Nasycone : 30g	Energia 2032kcal W : 284g, B: 106g, T: 64g Błonnik :33g, Skrobia : 123g, Sacharoza : 61g, Sód : 2149mg, Tł. Nasycone : 30g	Energia 2430kcal W : 346g, B: 126g, T: 78g Błonnik :46g, Skrobia : 161g, Sacharoza : 63g, Sód : 2792mg, Tł. Nasycone : 37g

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

19.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Musli na mleku 300 ml 1, 7 Chudy twarożek 25 g 7 Wędlina mieszana 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Musli na mleku 300 ml 1, 7 Chudy twarożek 25 g 7 Wędlina mieszana 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Musli na mleku 300 ml 1, 7 Chudy twarożek 25 g 7 Wędlina mieszana 40 g Jajko gotowane 52 g 3 Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Sałatka z ogórka, pomidora i słonecznika 150 g
OBIAD	Zupa jarzynowa 300 ml 7 Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet drobiowy panierowany 140 g 1, 3 Mizeria 100 g 7 Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml 7 Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu 140 g Bukiet gotowanych warzyw 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml 7 Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet drobiowy pieczony w piecu 140 g Bukiet gotowanych warzyw 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Owoc 150 g
KOLACJA	Sałata 5 g Ogórek kiszony 60 g Serek do kanapkowy z ziołami 30 g 7 Wędlina szynkowa 40 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Sałatka ryżowa z kurczakiem, wędliną i ananasmem 150 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Serek do kanapkowy z ziołami 30 g 7 Wędlina chuda 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kluski babuni na mleku 300 g 1, 3, 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Serek do kanapkowy z ziołami 30 g 7 Wędlina chuda 40 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Kluski babuni na mleku 300 g 1, 3, 7 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Batonik „dobra kaloria” 33 g 5, 12	Jogurt wegański 140 g	Jogurt wegański 140 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia : 2084kcal W : 261g, B: 85g, T: 89g Błonnik :27g, Skrobia : 139g, Sacharoza : 40g, Sód : 2266mg, Tł. Nasycone : 36g	Energia 2023kcal W : 261g, B: 86g, T: 79g Błonnik :23g, Skrobia : 141g, Sacharoza : 41g, Sód : 2134mg, Tł. Nasycone : 38g	Energia 2270kcal W : 294g, B: 95g, T: 93g Błonnik :35g, Skrobia : 141g, Sacharoza : 44g, Sód : 2267mg, Tł. Nasycone : 40g

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

20.09.2024

	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKROW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina chuda 40 g Ser żółty 20 g 7 Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina chuda 40 g Dżem niskosłodzony 20 g 12 Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki jęczmienne gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Twarożek chudy z jogurtem naturalnym 30 g 7 Wędlina chuda 40 g Dżem niskosłodzony 20 g 12 Sałata 5 g Pomidor 50 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Owoc 150 g
OBIAD	Żurek na kielbasie 300 ml 1, 3 Ziemniaki gotowane 150 g Ryba smażona 120 g 1 Surówka z kiszonej kapusty 150 g 12 Kompot owocowy b/c 250 ml	Żurek na kielbasie 300 ml 1, 3, 7 Ziemniaki gotowane 150 g Ryba pieczona w piecu w sosie greckim 120 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Żurek na kielbasie 300 ml 1, 3, 7 Ziemniaki gotowane 150 g Ryba pieczona w piecu w sosie greckim 120 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Pieczona gruszka 130 g
KOLACJA	Sałata 5 g Sałatka szwedzka 100 g Wędlina chuda mieszana 40 g Pasta mięsna 40 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Ryż z musem jabłkowym 150 g 12 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 50 g Wędlina chuda mieszana 40 g Pasta mięsna 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Ryż z musem jabłkowym 150 g 12 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 50 g Wędlina chuda mieszana 40 g Pasta mięsna 40 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Ryż z musem jabłkowym 150 g 12 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSILEK NOCNY	Herbatniki 33 g 1	Kefir owocowy 250 g 7	Kefir owocowy 250 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia : 2367kcal W : 337g, B: 97g, T: 83 Błonnik :33g, Skrobia : 198g, Sacharoza : 56g, Sód : 2682mg, Tł. Nasycone : 27g	Energia 2213kcal W : 335g, B: 86g, T: 68g Błonnik :26g, Skrobia : 179g, Sacharoza : 64g, Sód : 2097mg, Tł. Nasycone : 26g	Energia 2416kcal W : 369g, B: 92g, T: 79g Błonnik :38g, Skrobia : 178g, Sacharoza : 68g, Sód : 2203mg, Tł. Nasycone : 27g

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

21.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKRÓW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Otręby gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Twarożek biały chudy 30 g 7 Wędlina krakowska chuda 40 g Sałata 5 g Sałatka szwedzka 80 g 10 Parówka gotowana drobiowa 50 g Masło 10 g 7 Chleb żytni 80 g 1 Herbata zielona napar bez cukru 250 ml	Otręby gotowane na mleku 300 ml 1, 7 Twarożek biały chudy 30 g 7 Wędlina z indyka chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Parówka gotowana drobiowa 50 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata zielona napar bez cukru 250 ml	Twarożek biały chudy 30 g 7 Wędlina z indyka chuda 40 g Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Parówka gotowana drobiowa 50 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata zielona napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Kisiel z owoców leśnych 300 ml
OBIAD	Barszcz biały 300 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 150 g Pulpety wieprzowe gotowane w sosie pomidorowym 250 g 1, 3 Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Barszcz biały 300 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 150 g Pulpety wieprzowe z szynki gotowane w sosie pomidorowym 250 g 1, 3 Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Barszcz biały 300 ml 1, 7 Gotowane ziemniaki 150 g Pulpety wieprzowe z szynki gotowane w sosie pomidorowym 250 g 1, 3 Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIECZOREK			Jabłko gotowane 150 g
KOLACJA	Sałata 5 g Papryka kolorowa 80 g Serek fromage półtłusty 30 g 7 Kiełbasa szynkowa 40 g Masło 10 g 7 Paszтет drobiowy pieczony 30 g Chleb żytni 80 g 1 Jabłko 150 g Herbata napar bez cukru 250 ml	Klusieczki na mleku 300 ml 1, 3, 7 Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Serek fromage chudy z koperkiem 30 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Pasta warzywna 30 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Klusieczki na mleku 300 ml 1, 3, 7 Sałata 5 g Pomidor parzony 50 g Serek fromage chudy z koperkiem 30 g 7 Kiełbasa drobiowa 40 g Pasta warzywna 30 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata czarna napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt owocowy 140 g 7	Jogurt naturalny 140 g 7	Jogurt naturalny 140 g 7
ENERGIA I WART. ODŻ.	Wartość energetyczna: 2193kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 104 g; Kw. tł. nasy.: 38 g; Węglowodany ogółem: 233 g; W tym cukry: 56,7 g; Błonnik pok.: 27,4 g; Sól: 7 g;	Wartość energetyczna: 2340 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 109 g; Kw. tł. nasy.: 41 g; Węglowodany ogółem: 239 g; W tym cukry: 55,8 g; Błonnik pok.: 24,8 g; Sól: 7 g;	Wartość energetyczna: 2294 kcal; Białko ogółem: 105 g; Tłuszcz: 105 g; Kw. tł. nasy.: 33,6 g; Węglowodany ogółem: 245 g; W tym cukry: 65,8 g; Błonnik pok.: 31 g; Sól: 6,8 g;

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”

22.09.2024			
	DIETA PODSTAWOWA (I/1)	DIETA LEKKOSTRAWNA (II/2)	DIETA Z OGRANICZENIEM CUKROW PROSTYCH (VI/6)
ŚNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml 7 Twarożek biały chudy 30 g 7 Szynka gotowana 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 100 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml 7 Twarożek biały chudy 30 g 7 Wędlina drobiowa mieszana 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 50 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml 7 Twarożek biały chudy 30 g 7 Wędlina drobiowa mieszana 40 g Jajko gotowane 56 g 3 Sałata 5 g Pomidor koktajlowy 50 g Masło 10 g 7 Chleb wieloziarnisty 80 g 1 Herbata napar bez cukru 250 ml
II ŚNIADANIE			Owoc sezonowy 150 g
OBIAD	Rosół z makaronem 300 ml 1, 9 Ryż biały gotowany 50 g Potrawka drobiowa 200 g 1, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml 1, 9 Ryż biały gotowany 50 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g 1, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml 1, 9 Ryż biały gotowany 50 g Potrawka drobiowa gotowana 200 g 1, 7 Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
PODWIE CZOREK			Koktajl owocowy na kefirze 250 ml 7
KOLACJA	Sałata 5 g Pomidor 50 g Serek fromage 30 g 7 Wędlina mieszana 40 g Masło 10 g 7 Chleb baltonowski 80 g 1 Jogurt owocowy 140 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 50 g Serek fromage 30 g 7 Wędlina mieszana 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kaszka kukurydziana na mleku 300 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml	Sałata 5 g Pomidor 50 g Serek fromage 30 g 7 Wędlina mieszana 40 g Masło 10 g 7 Chleb pszenny 80 g 1 Kaszka kukurydziana na mleku 300 g 7 Herbata napar bez cukru 250 ml
POSIŁEK NOCNY	Owoc sezonowy 150 g	Jogurt wegański 140 g	Jogurt wegański 140 g
ENERGIA I WART. ODŻ.	Energia : 2253kcal W : 325g, B: 94g, T: 75g Błonnik :29g, Skrobia : 185g, Sacharoza : 52g, Sód : 2565mg, Tł. Nasycone : 37g	Energia 2306kcal W : 327g, B: 90g, T: 78g Błonnik :22g, Skrobia : 191g, Sacharoza : 46g, Sód : 2446mg, Tł. Nasycone : 41g	Energia 2633kcal W : 394g, B: 102g, T: 83g Błonnik :32g, Skrobia : 202g, Sacharoza : 70g, Sód : 2662mg, Tł. Nasycone : 44g

**Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego
„Dobry posiłek w szpitalu”**

Alergeny:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy: migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe 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/ w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne