SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

21.12.2025, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor – 40g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem brązowym– 350ml (1,9) G
Kotlet drobiowy panierowany smażony – 120g (1,3,7) S
Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G
Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek grani – 50g (4)
wędlina drobiowa – 50g
ogórek kiszony– 40g
rzodkiewka – 10g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
Chleb pszenny – 130g (1)
Masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka –120g G
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
Masło – 20g (7)
serek grani – 50g (4)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 80g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 200g (1,7) G
Ziemniaki puree z koperkiem – 100g G
Gotowana marchewka –120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
serek grani – 50g (4)
wędlina drobiowa – 80g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
ser żółty – 10g (7)
wędlina wieprzowa – 10g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 60g (1,7) G
Ziemniaki puree z koperkiem – 300g G
Gotowana marchewka –120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
serek grani – 10g (4)
wędlina drobiowa – 10g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 50g
dżem – 50g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 50g
twarożek słodki – 50g (7)
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 923
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

21.12.2025, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 150g (1,7,G)
Chleb żytni – 130g (1)
Masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Surówka z marchewki –150g
woda – 250ml

Kolacja
Pieczywo żytnie- 130g (1)
Masło – 20g (7)
serek grani – 50g (4)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)
Ser fromage– 25g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2019,6
Białko [g] – 111
Tłuszcz [g] – 72
Węglowodany [g] – 273

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka – 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
kisiel – 100g

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
twarożek słodki – 50g (7)
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 450g (1,7,G) (zmiksowana)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,9) G (zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowaną marchewką i gotowanym filetem z kurczaka w sosie- 600g (1,7) G
sok – 250ml

Kolacja
Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G (zmielony)
Ziemniaki puree z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne kawiorek bez skórki- 130g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)
twarożek słodki – 50g (7) (zmielony)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

22.12.2025, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 50g
sałata - 5g
papryka – 40g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Smażony gulasz wieprzowy – 120g (1,7) S
Kasza jęczmienna – 200g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasztet – 50g
wędlina wieprzowa – 50g
sałata – 5g
ogórek kiszony – 45g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,8

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
Pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pasta jajeczna – 50g (3,7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 120g (1,7) G
Kasza kuskus – 200g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
Pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 90g
pasta jajeczna – 50g (3,7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 200g (1,7) G
Kasza kuskus – 100g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 80g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 160g (1)
masło – 30g (7)
wędlina drobiowa – 10g
pasta jajeczna – 10g (3,7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 60g (1,7) G
Kasza kuskus – 300g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 160g (1)
masło – 30g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 10g
pomidor bez skórki – 50g

2 Kolacja
Galaretka – 200g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
Pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 200g G
Gotowane buraczki – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor – 50g (bez skórki)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 923
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

22.12.2025, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 150g (1,7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g (7(
pasta jajeczna – 50g (3,7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 150g G
Surówka z buraczków surowych – 150g
woda - 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasztet – 50g
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g

2 Kolacja
Jogurt naturalny – 100g (7)
Pieczywo żytnie -40g (1)
Masło – 5g (1)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2088
Białko [g] – 103
Tłuszcz [g] – 71,9
Węglowodany [g] – 280

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
Pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
Banan – 50g

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 200g G
Gotowane buraczki – 120g G
sok - 250ml

Podwieczorek
kisiel – 100g

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor – 50g (bez skórki)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 450g (1,7,G) (zmiksowana)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
(zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym gulaszem wieprzowym i gotowanymi buraczkami- 600g (1,7) G
(zmiksowane)
sok - 250ml

Kolacja
Papka kolacyjna z pieczywa, masła, wędliny, twarożku i pomidora – 450g (1,7) (zmiksowana)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7,G)
pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1))
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor – 40g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy – 120g (1,7) G (zmielony)
Ziemniaki z wody – 200g G (pure)
Gotowane buraczki – 120g G
sok - 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

23.12.2025, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek grani – 50g (7)
parówka z szynki z szynki– 50g
rzodkiewka – 10g
pomidor – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa krupnik– 350ml (1,7,9) G
Wege pilaw warzywny z ryżem – 320g (9) G
Jabłko – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta z ryby – 50g (4)
wędlina wieprzowa – 50g
ogórek– 20g
papryka – 30g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
Chleb pszenny – 130g (1)
Masło – 20g (7)
serek grani – 50g (7)
parówka z szynki – 50g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa krupnik– 350ml (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 120g (7) G
Ryż – 200g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
Masło – 20g (7)
pasta z ryby – 50g (4)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina – 80g
parówka z szynki – 50g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa krupnik– 350ml (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 200g (7) G
Ryż – 100g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta z ryby – 50g (4)
wędlina wieprzowa – 90g
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
serek grani – 10g (7)
miód – 60g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa krupnik– 350ml (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym –200g (7) G
Ryż – 100g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
pasta z ryby – 10g (4)
wędlina wieprzowa – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina – 50g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 120g (7) G
Ziemniaki puree - 200g G
Gotowana marchewka -120g G
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
delikatna pasta z ryby – 50g (4)
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 923
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

23.12.2025, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)
Chleb żytni – 130g (1)
Masło – 20g (7)
serek grani – 50g (7)
parówka z szynki – 50g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa krupnik– 350ml (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 120g (7) G
Ryż – 150g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
woda – 250ml

Kolacja
Pieczywo żytnie- 130g (1)
Masło – 20g (7)
pasta z ryby – 50g (4)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)
Ser fromage– 25g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2019,6
Białko [g] – 111
Tłuszcz [g] – 72
Węglowodany [g] – 273

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 120g (7) G
Ziemniaki puree - 200g G
Gotowana marchewka -120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
kisiel – 100g

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
delikatna pasta z ryby – 50g (4)
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)
(zmiksowana)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowaną pałką z kurczaka i gotowaną marchewką– 600g (7) G
sok – 250ml

Kolacja
Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g (zmielona)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa – 350g (1,7,9) G
Gotowana pałka z kurczaka w sosie pietruszkowym – 120g (7) G (zmielona)
Ziemniaki puree - 200g G
Gotowana marchewka -120g G
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne kawiorek bez skórki- 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)
delikatna pasta z ryby – 50g (4)
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

24.12.2025, środa - Wigilia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek topiony –35g (7)
ser żółty – 65g (7)
sałata - 5g
papryka – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty – 250ml (9) G
Pieczywo mieszane – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Ryba po grecku – 100g (1,4,9) P
Kapusta z pieczarkami – 100g G
Pierogi ruskie – 2szt (1,3,7) G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek topiony – 35g (7)
ser żółty – 70g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo pszenne – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 100g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
serek topiony – 35g (7)
ser żółty – 65g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 200g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
miód – 60g
ser żółty – 10g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo pszenne – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 60g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 100g (G)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo pszenne – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 100g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 101
Tłuszcz [g] – 50
Węglowodany [g] – 266

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

24.12.2025, środa - Wigilia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 150g(1,7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek topiony – 35g (7)
ser żółty – 65g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
woda – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo żytnie – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 100g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)
Ser topiony – 17,5g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2126,6
Białko [g] – 115
Tłuszcz [g] – 74
Węglowodany [g] – 272

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

2 śniadanie
Galaretka – 100g

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Podwieczorek
Jogurt – 100g (7)

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo pszenne – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 100g (1,4,9) G
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 450g(1,7,G) (zmiksowana)
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
(zmiksowana_
Gotowany ryż z musem owocowym – 400g (G)
(zmiksowany)
sok – 250ml

Kolacja
Zmielona papka kolacyjna ze świątecznych potraw – ryby gotowanej w marchewce, gotowanych pierogów i gotowanego trio 400g (1,3,4,9)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7) (zmielony)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana– 350ml (7,9)G
Gotowany ryż z musem owocowym – 200g (G)
sok – 250ml

Kolacja
Barszcz czysty bardzo lekki wywar – 250ml (9) G
Pieczywo pszenne – 30g (1)
Masło – 10g (1)
Miruna gotowana w marchewce – 100g (1,4,9) G
(zmielona)
Gotowane pierogi z serem z masełkiem – 100g (1,3,7) G
(zmielone)
Gotowane trio warzywne – 100g G
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

25.12.2025, czwartek – 1 dzień Bożego Narodzenia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
serek grani – 20g (7)
wędlina drobiowa – 30g
sałata - 5g
papryka – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Duszony gulasz wieprzowy z pieczarkami – 120g (1,7) D
Kasza jęczmienna – 200g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
galart drobiowy – 60g
ser żółty – 50g (7)
ogórek kiszony – 40g
sałata - 5g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
Chleb pszenny – 130g (1)
Masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
serek grani – 20g (7)
wędlina drobiowa – 30g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
Masło – 20g (7)
galart drobiowy – 60g
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
serek grani – 20g (7)
wędlina drobiowa – 70g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
galart drobiowy – 60g
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
pasta jajeczna – 10g (3,7)
serek grani – 10g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
galart drobiowy – 30g
ser żółty – 10g (7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3,G)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 10g (7)
miód – 50g
galart drobiowy – 60g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 923
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

25.12.2025, czwartek – 1 dzień Bożego Narodzenia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 150g (7,G)
Chleb żytni – 130g (1)
Masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
serek grani – 20g (7)
wędlina drobiowa – 70g
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad

Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G
Surówka z buraków surowych – 150g
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
woda – 250ml

Kolacja

Pieczywo żytnie- 130g (1)
Masło – 20g (7)
galart drobiowy – 60g
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja

Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)
Ser fromage– 25g (7)

Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2019,6
Białko [g] – 111
Tłuszcz [g] – 72
Węglowodany [g] – 273

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3,G)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie

Zupa mleczna z kaszką manną – 150ml (1,7)

Obiad

Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Podwieczorek

kisiel – 100g

Kolacja

Pieczywo pszenne- 130g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
galart drobiowy – 60g
pomidor – 50g(bez skórki)
herbata– 300ml

2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 450g (7,G) (zmiksowana)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad

Zupa brokułowa – 350g (7,9) G (zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, gulaszem w sosie warzywnym, gotowanymi buraczkami i ciastem babka- 600g (1,3,7) G
sok – 250ml

Kolacja

Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)
herbata– 300ml

2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3,G)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 35g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad

Zupa brokułowa – 350g (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w sosie warzywnym – 120g (1,7,9) G (zmielony)
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G (pure)
Buraczki gotowane – 120g G
Ciasto babka – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja

Pieczywo pszenne kawiorek bez skórki- 130g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
galart drobiowy – 60g
pomidor bez skórki – 50g
herbata– 300ml

2 Kolacja

Jabłko pieczone – 100g P

Podsumowanie dnia

Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

26.12.2025, piątek – 2 dzień Bożego Narodzenia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
sałatka jarzynowa – 75g (3,7,10)
serek kanapkowy – 25g (7)
pomidor –30g
ogórek – 20g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Smażona miruna w delikatnej panierce – 120g (1,3,4,7) S
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G
Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
Piernik – 60g (1,3,7) P
sok– 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówki – 60g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
papryka – 40g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1992
Białko [g] – 96
Tłuszcz [g] – 67
Węglowodany [g] – 263,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem –25g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 75g (3,7,10)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówki – 60g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1993
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 66
Węglowodany [g] – 261

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina – 70g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 75g (3,7,10)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 200g (1,4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 100g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
parówki – 60g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 200,7
Białko [g] – 110,8
Tłuszcz [g] – 57,9
Węglowodany [g] – 240,1

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
dżem –25g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 35g (3,7,10)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 60g (1,4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
miód – 50g
serek grani – 10g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1992,9
Białko [g] – 70,9
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 295,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
dżem –25g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 75g (3,7,10)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
pasta twarogowa z warzywami – 50g (G)
sałata – 20g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1998,2
Białko [g] – 924
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 266

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

26.12.2025, piątek – 2 dzień Bożego Narodzenia

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina –25g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 75g (3,7,10)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Piernik – 60g (1,3,7) P
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówki – 60g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
pomidor bez skórki – 40g
herbata– 300ml

2 Kolacja
Jogurt naturalny – 100g (7)
Chleb żytni - 40g (7)
Masło – 5g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2099,6
Białko [g] – 112
Tłuszcz [g] – 72
Węglowodany [g] – 272

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem –25g
delikatna sałatka jarzynowa na jogurcie – 75g (3,7,10)
spomidor – 50g (bez skórki)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 Kolacja
Sok jabłkowy – 100g

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Podwieczorek
Jogurt naturalny – 100g (7)

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
parówki – 60g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 103
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 271

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)
(zmiksowana)
Kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
(zmielony)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym trio warzywnym, ciastem drożdżowym i gotowaną miruną w sosie - 600g (1,4,7) G
sok– 250ml

Kolacja
Papka z kaszą i cukinią – 250g (1,7,G)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 86
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 202,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Gotowana miruna w lekkim sosie szpinakowym – 120g (1,4,7) G (zmielona)
Ziemniaki pure z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne– 120g G
Ciasto drożdżowe – 60g (1,3,7) P
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 99
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 271

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

27.12.2025, sobota

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 50g (7)
wędlina drobiowa– 50g
papryka – 40g
sałata - 5g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ogórkowa – 350g (1,7,9)
Makaron brązowy – 200g (1) G
Sos boloński na mielonym mięsie wieprzowym – 120g G
Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasztet – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1972,3
Białko [g] – 94
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem – 50g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ogórkowa – 350g (1,7,9)
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Makaron – 200g (1) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1972,2
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 60,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
twarożek z koperkiem – 90g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ogórkowa – 350g (1,7,9)
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 200g G
Makaron – 100g (1) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)
wędlina wieprzowa – 90g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,6
Białko [g] – 111,4
Tłuszcz [g] – 56,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
twarożek z koperkiem – 10g (7)
wędlina drobiowa – 10g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ogórkowa – 350g (1,7,9)
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 60g G
Makaron – 300g (1) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
pasta drobiowa z warzywami – 10g (7,9)
wędlina wieprzowa – 10g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1967,9
Białko [g] – 62,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
miód -50g
sałata - 5g
wędlina drobiowa – 50g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Ziemniaki puree – 200g (7) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 92
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

27.12.2025, sobota

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 150g (7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem – 50g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ogórkowa – 350g (1,7,9)
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Makaron – 150g (1) G
Surówka z marchewki– 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta drobiowa z warzywami – 40g (7,9)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
serek wiejski – 50g (7)
chleb żytni – 40g (1)
masło – 5g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2001,4
Białko [g] – 86,5
Tłuszcz [g] – 72
Węglowodany [g] – 282

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
miód -50g
sałata - 5g
wędlina drobiowa – 50g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
kisiel – 100g

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Ziemniaki puree – 200g (7) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
Mus owocowy -100g

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)
wędlina wieprzowa – 50g
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2065,9
Białko [g] – 98,4
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 272

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 450g (1,7,G) (zmiksowane)
kawa zbożowa z mlekiem – 250ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G (zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, sosem pomidorowym z mięsem mielonym i gotowaną marchewką– 600g (7) G (zmielone)
sok – 250ml

Kolacja
jogurt owocowy z biszkoptami – 350g (1,7) (zmiksowany)
herbata – 250ml

2 Kolacja
Mus owocowy -100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1722,2
Białko [g] – 86,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 205,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
miód -50g
sałata - 5g
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa koperkowa – 350g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Ziemniaki puree – 200g (7) G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 10g (7)
delikatna pasta drobiowa z warzywami – 50g (7,9)
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)
pomidor bez skórki – 40g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
galaretka – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1849,6
Białko [g] – 94
Tłuszcz [g] – 69,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

28.12.2025, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
jajko gotowane – 50g (3) G
wędlina drobiowa – 20g
serek kanapkowy – 30g (7)
Ogórek – 30g
Papryka – 20g
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem brązowym – 350g (1,9) G
Fasolka po bretońsku z kiełbaską – 120g G
Ziemniaki z wody – 200g G
Banan – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
kanapkowa pasta z ciecierzycy – 50g
rzodkiewka – 10g
pomidor – 45g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
jajko gotowane – 50g (3) G
wędlina drobiowa – 20g
serek kanapkowy – 30g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
twaróg – 60g (7)
wędlina wieprzowa – 80g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
jajko gotowane – 100g (3) G
wędlina drobiowa – 20g
serek kanapkowy – 30g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 200g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 100g G
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
twaróg – 90g (7)
wędlina wieprzowa – 80g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
jajko gotowane – 25g (3) G
wędlina drobiowa – 10g
serek kanapkowy – 10g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 200g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 100g G
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
twaróg – 10g (7)
wędlina wieprzowa – 10g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta z białka jaj – 50g (3,7)
twaróg – 50g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
sałata - 5g
jabłko gotowane – 100g (G)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 923
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

28.12.2025, niedziela

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 150g (1,7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
jajko gotowane – 50g (3) G
wędlina drobiowa – 20g
serek kanapkowy – 30g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 150g G
Surówka z buraczków surowych – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
twaróg – 60g (7)
wędlina wieprzowa – 80g
sałata - 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
kefir – 100g (7)
chleb żytni – 40g (1)
masło – 5g(7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2086
Białko [g] – 103
Tłuszcz [g] – 75
Węglowodany [g] – 286

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
miód– 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
Sok jabłkowy – 100g

Obiad
Zupa grysikowa– 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody – 200g G
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
banan – 50g

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
sałata - 5g
jabłko gotowane – 100g (G)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 450g (1,7,G)
(zmielona)
kawa zbożowa z mlekiem – 250ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350g (1,9) G
(zmielona)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym schabem i gotowanymi warzywami - 600g (1,7) G (zmielona)
sok – 250ml

Kolacja
Papka kanapkowa z pieczywem, masłem, wędliną, sałatą i jabłkiem gotowanym - 400g(1,7)
herbata – 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
miód– 50g
twaróg – 50g (7) (zmielony)
pomidor – 50g (bez skórki)
kawa zbożowa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350g (1,9) G
Gotowany schab w lekkim sosie brokułowym – 120g (1,7) G (zmielony)
Ziemniaki z wody – 200g G (pure)
Buraczki gotowane – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa – 50g (zmielona)
sałata - 5g
jabłko gotowane – 100g (G)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 150g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

29.12.2025, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszanie – 130g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 20g
rzodkiewka – 10g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa fasolowa – 350g (1,7,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta rybna – 50g (1,4,7)
serek grani - 50g (7)
banan – 50g
pomidor – 30g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta rybna – 50g (1,4,7)
serek grani - 50g (7)
pomidor bez skórki – 30g
banan – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszanie – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 90g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 200g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 100g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta rybna – 50g (1,4,7)
serek wiejski - 100g (7)
pomidor bez skórki – 30g
banan – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo mieszanie – 160g (1)
masło – 30g (7)
miód – 60g
ser żółty – 10g (7)
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 60g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 300g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
Pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 20g (7)
pasta rybna – 10g (1,4,7)
serek grani - 10g (7)
pomidor bez skórki – 30g
banan – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
miód – 50g
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
twarożek z koperkiem - 50g (7)
delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1961,1
Białko [g] – 925
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 258

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

29.12.2025, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 150g (7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 150g G
Surówka z marchewki z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
sok – 250ml
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta rybna – 50g (1,4,7)
serek grani - 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Chleb żytni – 40g (7)
Masło – 5g (7)
Pomidor – 50g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2079,6
Białko [g] – 112
Tłuszcz [g] – 72,1
Węglowodany [g] – 272

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
miód – 50g
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
Sok owocowy – 100ml

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G
Gotowane trio warzywne – 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem - 50g (7)
delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Banan – 150g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 450g (7,G)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
(zmiksowany)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowanym filetem z kurczaka i gotowanym trio warzywnym- 600g (1,7) G
sok – 250ml

Kolacja
Papka z kaszą i marchewką – 250g (1,7,G)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek fromage – 50g (7)
miód – 50g
pomidor – 40g (bez skórki)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ryżowa – 350g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie koperkowym – 120g (1,7) G (zmielona)
Ziemniaki gotowane z koperkiem – 200g G (pure)
Gotowane trio warzywne – 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem - 50g (7) (zmielony)
delikatna pasta rybna – 50g (1,4,7)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

30.12.2025, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówka z szynki – 60g
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata - 5g
papryka– 40g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna pieczona z warzywami – 120g (4,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor – 30g
ogórek kiszony – 20g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1972,3
Białko [g] – 94
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówka z szynki – 60g
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna pieczona z warzywami – 120g (4,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 80g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1972,2
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 60,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
parówka z szynki – 60g
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna pieczona z warzywami – 200g (4,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 100g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 90g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,6
Białko [g] – 111,4
Tłuszcz [g] – 56,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
dżem – 70g
serek kanapkowy – 10g (7)
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna pieczona z warzywami – 60g (4,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 300g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa– 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1967,9
Białko [g] – 62,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa – 70g
serek śmietankowy – 70g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna gotowana w lekkim sosie cukiniowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 70g
pomidor – 60g (bez skórki)
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 92
Tłuszcz [g] – 49,4
Węglowodany [g] – 269

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

30.12.2025, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
parówka z szynki – 60g
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna pieczona z warzywami – 120g (4,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G
Gotowany brokuł– 150g
sok – 250ml
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Maślanka – 100g (7)
Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2082,6
Białko [g] – 103
Tłuszcz [g] – 74
Węglowodany [g] – 282

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa – 50g
serek śmietankowy – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

2 śniadanie
jogurt naturalny– 100g (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna gotowana w lekkim sosie cukiniowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
Jabłko pieczone – 100g (7)

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 50g
pomidor – 50g (bez skórki)
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2065,9
Białko [g] – 98,4
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 272

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 450g (7,G)
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
(zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowana miruna w sosie i gotowana marchewka– 600g (1,4,7) G
sok – 250ml

Kolacja
Ryż z owocem – 300g (7,G) (zmiksowane)
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1722,2
Białko [g] – 86,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 205,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi – 250g (7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki– 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa– 50g (zmielona)
serek śmietankowy – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (1,7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 350g (7,9) G
Miruna gotowana w lekkim sosie cukiniowym – 120g (1,4,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowana marchewka– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
pasta z białek jaj – 50g (3,7)
wędlina drobiowa – 50g (zmielona)
pomidor bez skórki – 50g
herbata – 300ml (G)

2 Kolacja
Jabłko gotowane – 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1849,6
Białko [g] – 94
Tłuszcz [g] – 69,1
Węglowodany [g] – 273

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

31.12.2025, środa - Sylwetser

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina wieprzowa– 50g
ser żółty – 50g (7)
sałata - 5g
papryka – 40g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Kapuśniak– 350ml (9) G
Kotlet schabowy smażony – 120g (1,3,7) S
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Surówka z marchewki, selera i rodzynek z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa– 30g
sałatka makaronowa z majonezem, kukurydzą, papryką i szynką – 70g (1,3,7,10)
ogórek – 20g
papryka – 20g
sałata – 5g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1982,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68
Węglowodany [g] – 262,1

1A. Dieta lekkostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Surówka z marchewki, selera i rodzynek z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
sałatka makaronowa z szynką, marchewką i ogórkiem na jogurcie – 70g (1,7)
wędlina drobiowa– 30g
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1975,1
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 59,1
Węglowodany [g] – 269

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 90g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 200g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 100g G
Surówka z marchewki, selera i rodzynek z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 130g (1)
masło – 10g (7)
sałatka makaronowa z szynką, marchewką i ogórkiem na jogurcie – 70g (1,7)
wędlina drobiowa– 30g
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1965,7
Białko [g] – 110,4
Tłuszcz [g] – 57,8
Węglowodany [g] – 242,4

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
miód – 60g
wędlina wieprzowa – 10g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 60g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 300g G
Surówka z marchewki, selera i rodzynek z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo mieszane – 160g (1)
masło – 30g (7)
sałatka makaronowa z szynką, marchewką i ogórkiem na jogurcie – 30g (1,7)
dżem –50g
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Kisiel – 100g (G)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1962,9
Białko [g] – 69,1
Tłuszcz [g] – 85,7
Węglowodany [g] – 296,7

4. Dieta niskotłuszczowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowane buraczki– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 10g (7)
wędlina drobiowa– 50g
serek biały – 50g (7)
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1968,2
Białko [g] – 101
Tłuszcz [g] – 50
Węglowodany [g] – 266

SZPITAL W PUSZCZYKOWIE

Jadłospis dla pacjentów programu pilotażowego "Dobry Posiłek"

31.12.2025, środa - Sylwetser

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

5. Dieta cukrzycowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 150g(1,7,G)
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
serek wiejski – 50g (7)
wędlina wieprzowa – 50g
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G
Surówka z marchewki, selera z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo żytnie – 130g (1)
masło – 20g (7)
sałatka makaronowa z szynką, marchewką i ogórkiem na jogurcie – 70g (1,7)
wędlina drobiowa– 30g
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Chleb żytni – 40g (1)
Masło – 5g (7)
Ser topiony – 17,5g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2126,6
Białko [g] – 115
Tłuszcz [g] – 74
Węglowodany [g] – 272

7. Dieta żołądkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

2 śniadanie
Galaretka – 100g

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G
Gotowane buraczki– 120g G
sok – 250ml

Podwieczorek
Jogurt naturalny – 100g (7)

Kolacja
pieczywo pszenne – 130g (1)
masło – 20g (7)
jabłko pieczone – 100g (P)
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2075,1
Białko [g] – 102
Tłuszcz [g] – 62
Węglowodany [g] – 273

9A. Dieta płynna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 450g(1,7,G) (zmiksowana)
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G (zmiksowana)
Papka obiadowa z ziemniakami, gotowaną łopatką w się i gotowanymi buraczkami– 600g (1,7) G (zmielone)
sok – 250ml

Kolacja
Koktajl z jogurtem, burakiem, bananem i truskawką – 400g (7)
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1646,2
Białko [g] – 85,5
Tłuszcz [g] – 53,1
Węglowodany [g] – 204,6

9B. Dieta papkowata

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g(1,7,G)
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7) (zmielony)
sałata - 5g
kawa z mlekiem – 300ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 350ml (1,7,9)G
Gotowana łopatka wieprzowa w sosie pietruszkowym – 120g (1,7) G (zmielona)
Ziemniaki z wody z koperkiem – 200g G (pure)
Gotowane buraczki– 120g G
sok – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne kawiorek bez skórki – 130g (1)
masło – 20g (7)
jabłko pieczone – 100g (P)
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata z pomidorkami bez skórki – 50g
herbata – 300ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1979,6
Białko [g] – 98
Tłuszcz [g] – 68,1
Węglowodany [g] – 273