

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Belżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
29.12.2025 poniedziałek						
ŚNIADANIE	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g Chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku (MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku (MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Owoc 1 szt. Herbata 300ml <u>IISN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Owoc 1 szt. herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml+cukier 5g	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml+cukier 5g	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g(GLU) kompot 300ml+cukier 5g	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml+cukier 5g	Zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g(GLU) kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 20g (GLU)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU,) z masłem roślinnym 10g(MLE) i jajkiem 50g(JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna150g	Salatka warzywna150g	Salatka warzywna150g	Salatka warzywna150g	Salatka warzywna150g	Salatka warzywna150g
	Energia:2599.7 Kcal; Białko: 91.8 g; Tuszcz: 90.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 27.53 g; Sód: 2840.75 mg; Węglowodany: 349.53 g; Cukier: 35.56 g; Błonnik spożywczy: 25.28 g;	Energia:2612.07 Kcal; Białko: 90.66 g; Tuszcz: 81.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.84 g; Sód: 1511.55 mg; Węglowodany: 381.19 g; Cukier: 36.19 g; Błonnik spożywczy: 21.79 g;	Energia: 2519.39 Kcal; Białko: 89.15 g; Tuszcz: 69.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.95 g; Sód: 3329.65 mg; Węglowodany: 372.68 g; Cukier: 21.23 g; Błonnik spożywczy: 58 g;	Energia: 2590.55 Kcal; Białko: 85.84 g; Tuszcz: 76.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.93 g; Sód: 1538.9 mg; Węglowodany: 391.7 g; Cukier: 36.19 g; Błonnik spożywczy: 23.71 g;	Energia: 2590.55 Kcal; Białko: 85.84 g; Tuszcz: 76.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.93 g; Sód: 1538.9 mg; Węglowodany: 391.7 g; Cukier: 36.19 g; Błonnik spożywczy: 23.71 g;	Energia: 2552.9 Kcal; Białko: 86.19 g; Tuszcz: 72.1 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.42 g; Sód: 1537.55 mg; Węglowodany: 391.9 g; Cukier: 36.19 g; Błonnik spożywczy: 23.71 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

GOMI Żywność Sp. z o.o.
mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
ul. Młodzieżowa 4
23-320 Pienatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP 7171840940 Regon 525613130

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
30.12.2025 wtorek						
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pa- pryka czerwona 50g chleb pszenny 50g (GLU) bułka pszenna 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) bułka pszenna 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka czerwona 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml <u>II</u> ŚN chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*, GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) bułka pszenna 50g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) bułka pszenna 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) bułka pszenna 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Sałatka szwedzka 150g (GOR) kompot 300ml+cukier 5g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony mięsno(drobiowy)-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 100g(GLU,MLE) Bukiet warzyw 150g kompot 300ml+cukier 5g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Sałatka szwedzka 150g (GOR) kompot 300ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno(drobiowy)-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) Bukiet warzyw 150g kompot 300ml+cukier 5g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno(drobiowy)-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100g(GLU,MLE) Bukiet warzyw 150g kompot 300ml+cukier 5g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno(drobiowy)-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g(GLU,MLE) Bukiet warzyw 150g kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
KOLACJA	Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g chleb pszenny 50g(GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml <u>III</u> K chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany naturalny 1szt.(MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt.(MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt.(MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt.(MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt.(MLE)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)
	Energia: 2562.55 Kcal; Białko: 92.09 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.11 g; Sód: 2288.09 mg; Węglowodany: 365.91 g; Cukier: 35.92 g; Błonnik spożywczy: 34.1 g;	Energia: 2560.12 Kcal; Białko: 90.9 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.62 g; Sód: 2341.03 mg; Węglowodany: 368.91 g; Cukier: 35.46 g; Błonnik spożywczy: 25.19 g;	Energia: 2654.53 Kcal; Białko: 89.71 g; Tłuszcz: 96.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 30.55 g; Sód: 2123.76 mg; Węglowodany: 346.24 g; Cukier: 14.9 g; Błonnik spożywczy: 46.04 g;	Energia: 2271.74 Kcal; Białko: 80.1 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.81 g; Sód: 1483.2 mg; Węglowodany: 350.19 g; Cukier: 36.93 g; Błonnik spożywczy: 25.25 g;	Energia: 2271.74 Kcal; Białko: 80.1 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.81 g; Sód: 1483.2 mg; Węglowodany: 350.19 g; Cukier: 36.93 g; Błonnik spożywczy: 25.25 g;	Energia: 2346.17 Kcal; Białko: 86.65 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 21.42 g; Sód: 1605.87 mg; Węglowodany: 349.27 g; Cukier: 36.93 g; Błonnik spożywczy: 25.25 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Pomaszowa
tel./fax (+81) 820-43-18
NIP 7171840940 Regon 525613130

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
31.12.2025 środa						
ŚNIADANIE	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g(GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Makaron na mleku 400ml (GLU,MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Polędwica drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Makaron na mleku 400ml (GLU,MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 50g (GLU,) z masłem roślinnym 10g(MLE) i jajkiem 50g(JAJ)	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Polędwica drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g
OBIAD	Grochowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g Sos pieczarkowy 150g (GLU, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (drobiowy) 150g Sałatka z buraczków i jabłka 150g kompot 300ml+cukier 5g	Grochowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g Sos pieczarkowy 150g (GLU, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (drobiowy) 150g Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (drobiowy) 150g Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (drobiowy) 150g Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Budyń 200g(MLE)	Budyń 200g(MLE)	Kisiel b/cukru 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
KOLACJA	Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 50g ketchup 20g(SEL) chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) pomidor + sałata 50g ketchup 20g(SEL) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> kefir naturalny 200g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) pomidor + sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry + sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g
DODATKOWY POSILEK	Drożdżówka 1 szt. (GLU,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU,MLE)	Pieczywo chrupkie 20g (GLU)	Drożdżówka 1 szt. (GLU,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU,MLE)
	Energia: 2704.26 Kcal; Białko: 87.14 g; Tłuszcz: 82.1 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 16.83 g; Sód: 1182.32 mg; Węglowodany: 416.51 g; Cukier: 58.51 g; Błonnik spożywczy: 46.7 g;	Energia: 2648.27 Kcal; Białko: 74.11 g; Tłuszcz: 88.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.1 g; Sód: 1230.49 mg; Węglowodany: 388.23 g; Cukier: 61.42 g; Błonnik spożywczy: 31.62 g;	Energia: 2472.13 Kcal; Białko: 105.93 g; Tłuszcz: 73.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 29.24 g; Sód: 2300.43 mg; Węglowodany: 285.87 g; Cukier: 18.95 g; Błonnik spożywczy: 42.95 g;	Energia: 2343.46 Kcal; Białko: 70.98 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.78 g; Sód: 1493.6 mg; Węglowodany: 373.04 g; Cukier: 48.68 g; Błonnik spożywczy: 29.28 g;	Energia: 2343.46 Kcal; Białko: 70.98 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.78 g; Sód: 1493.6 mg; Węglowodany: 373.04 g; Cukier: 48.68 g; Błonnik spożywczy: 29.28 g;	Energia: 2343.46 Kcal; Białko: 70.98 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.78 g; Sód: 1493.6 mg; Węglowodany: 373.04 g; Cukier: 48.68 g; Błonnik spożywczy: 29.28 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler
10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr inż. dietetyk
Klaudia Lefek

ul. Młodzieżowa 1
23-320 Pomaszowa
tel./fax (81) 820-43-18
NIP 7171840940 Regon 525613130

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
01.01.2026 czwartek						
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) + Ser żółty (MLE) 20g Sałatka jarzynowa 70g (SEL, GOR) chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa + szynka wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka jarzynowa 70g (SEL, GOR) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) + Ser żółty (MLE) 20g Sałatka jarzynowa 70g (SEL, GOR) chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i twarogiem 50g(MLE)	Szynka drobiowa + szynka wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa + szynka wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa + szynka wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Filet drobiowy panierowany smażony 100g (GLU,IAJ) ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, jabłka i marchwi z olejem 150g kompot 300ml+cukier 10g	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Filet drobiowy pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, jabłka i marchwi z olejem 150g kompot 300ml+cukier 10g	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Filet drobiowy pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, jabłka i marchwi z olejem 150g kompot 300ml	Ryżowa z natka pietruszki 400ml (SEL) Filet drobiowy pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml+cukier 10g	Ryżowa z natka pietruszki 400ml (SEL) Filet drobiowy pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml+cukier 10g	Ryżowa z natka pietruszki 400ml (SEL) Filet drobiowy pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml+cukier 10g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Mandarynki 1 szt.	Mandarynki 1 szt.	Mandarynki 1 szt.	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 10g (GOR) chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 10g (GOR) chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2451.48 Kcal; Białko: 83.01 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.42 g; Sód: 1727.33 mg; Węglowodany: 359.85 g; Cukier: 51.78 g; Błonnik spożywczy: 43.07 g;	Energia: 2607.72 Kcal; Białko: 91.76 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 28.43 g; Sód: 1670.17 mg; Węglowodany: 376.26 g; Cukier: 54.11 g; Błonnik spożywczy: 36.92 g;	Energia: 2519.39 Kcal; Białko: 89.15 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.95 g; Sód: 3329.65 mg; Węglowodany: 372.68 g; Cukier: 21.23 g; Błonnik spożywczy: 58 g;	Energia: 2544.38 Kcal; Białko: 85.14 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.9 g; Sód: 1940.04 mg; Węglowodany: 380.09 g; Cukier: 53.1 g; Błonnik spożywczy: 37.11 g;	Energia: 2544.38 Kcal; Białko: 85.14 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.9 g; Sód: 1940.04 mg; Węglowodany: 380.09 g; Cukier: 53.1 g; Błonnik spożywczy: 37.11 g;	Energia: 2304.43 Kcal; Białko: 77.72 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.36 g; Sód: 1544.4 mg; Węglowodany: 349.99 g; Cukier: 39.06 g; Błonnik spożywczy: 25.21 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(IAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

GOML Żywność Sp. z o.o.
mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
ul. Modrzewska 4
23-320 Poniatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP 7171840940 Regon 525613130

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYC H WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
02.01.2026 piątek						
ŚNIADANIE	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU) bułka maślana 50g(GLU, MLE) masło ekstra 15g(MLE) Kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU) bułka maślana 50g(GLU, MLE) masło ekstra 15g(MLE) Kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Pasta z ciecierzycy 80g sałata 10g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml IIŚN kefir 200g (MLE)	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU) bułka maślana 50g(GLU, MLE) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU) bułka maślana 50g(GLU, MLE) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Owoc 1 szt. Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g
OBIAD	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml+cukier 5g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml +cukier 5g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml +cukier 5g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml +cukier 5g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Sos grecki 150g kompot 300ml +cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Banan 1szt	Banan 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt	Banan 1szt
KOLACJA	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml IIK chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2125.54 Kcal; Białko: 66.75 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.24 g; Sód: 1577.74 mg; Węglowodany: 338.36 g; Cukier: 47.56 g; Błonnik spożywczy: 28.32 g;	Energia: 2302.54 Kcal; Białko: 74.3 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.86 g; Sód: 1301.65 mg; Węglowodany: 363.37 g; Cukier: 49.63 g; Błonnik spożywczy: 22.86 g;	Energia: 2530.55 Kcal; Białko: 76.51 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.36 g; Sód: 1942.56 mg; Węglowodany: 392.06 g; Cukier: 49.36 g; Błonnik spożywczy: 55.21 g;	Energia: 2257.82 Kcal; Białko: 69.95 g; Tłuszcz: 55.7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 10.43 g; Sód: 1215.1 mg; Węglowodany: 377.81 g; Cukier: 49.63 g; Błonnik spożywczy: 24.93 g;	Energia: 2257.82 Kcal; Białko: 69.95 g; Tłuszcz: 55.7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 10.43 g; Sód: 1215.1 mg; Węglowodany: 377.81 g; Cukier: 49.63 g; Błonnik spożywczy: 24.93 g;	Energia: 2172.17 Kcal; Białko: 73.94 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 9.94 g; Sód: 1519.52 mg; Węglowodany: 345.33 g; Cukier: 49.63 g; Błonnik spożywczy: 23.49 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
03.01.2026 sobota						
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórki kiszone 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórki kiszone 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml <u>IISN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i twarogiem 50g(MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g Bigos z soczewicą i mięsem 300g Owoc 1 szt. Kompot 300ml + cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka drobiowa 150g (GLU) Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g Bigos z soczewicą i mięsem 300g Owoc 1 szt. kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natka pie- truszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka drobiowa 150g (GLU) Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka drobiowa 150g (GLU) Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka drobiowa 150g (GLU) Buraczki gotowane 150g kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Kiwi 1szt	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)
KOLACJA	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLE, GLU)+cukier 5g	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLE, GLU)+cukier 5g	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*, GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Jaja 2 szt. (JAJ) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor b/skóry 50g Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2534.72 Kcal; Białko: 99.17 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kwasy tłuszczowe nasy- cone: 18.14 g; Sód: 1849.22 mg; Węglowo- dany: 389.39 g; Cukier: 42.93 g; Błonnik spożywczy: 36.65 g;	Energia: 2414.24 Kcal; Białko: 95.12 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kwasy tłuszczowe nasy- cone: 19.9 g; Sód: 1470.51 mg; Węglowo- dany: 348.79 g; Cukier: 36.3 g; Błonnik spożywczy: 23.5 g;	Energia: 2519.39 Kcal; Białko: 89.15 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kwasy tłuszczowe nasy- cone: 20.95 g; Sód: 3329.65 mg; Węglowo- dany: 372.68 g; Cukier: 21.23 g; Błonnik spo- żywczy: 58 g;	Energia: 2341.48 Kcal; Białko: 86.5 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.25 g; Sód: 1497.49 mg; Węglowodany: 349 g; Cu- kier: 36.52 g; Błonnik spożywczy: 26.09 g;	Energia: 2341.48 Kcal; Białko: 86.5 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kwasy tłuszczowe nasy- cone: 14.25 g; Sód: 1497.49 mg; Węglowo- dany: 349 g; Cukier: 36.52 g; Błonnik spożywczy: 26.09 g;	Energia: 2090.28 Kcal; Białko: 68.61 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kwasy tłuszczowe nasy- cone: 11.2 g; Sód: 1431.88 mg; Węglowo- dany: 326.38 g; Cukier: 39.48 g; Błon- nik spożywczy: 26.63 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek
Klaudia Lefek

GOMI Żywnie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Pieniatowa
tel./fax (81) 820-43-38
NIP 7171840940 Regon 525613130

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
04.01.2026 niedziela						
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*, GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml+cukier 5g	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml+cukier 5g	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Surówka z marchwi i jabłka z olejem150g kompot 300ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml+cukier 5g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Marchew gotowana 150g (GLU) Kompot 300ml+cukier 5g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Marchew gotowana 150g (GLU) Kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Jabłko pieczone 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt
	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2427.82 Kcal; Białko: 110.24 g; Tłuszcz: 97.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 31.53 g; Sód: 1647.05 mg; Węglowodany: 278.15 g; Cukier: 46.04 g; Błonnik spożywczy: 27.91 g;	Energia: 2395.46 Kcal; Białko: 117.6 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25.96 g; Sód: 2269.1 mg; Węglowodany: 285.88 g; Cukier: 44.12 g; Błonnik spożywczy: 21.27 g;	Energia: 2594.88 Kcal; Białko: 101.8 g; Tłuszcz: 109.7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 25.96 g; Sód: 2269.1 mg; Węglowodany: 292.58 g; Cukier: 21.4 g; Błonnik spożywczy: 43.26 g;	Energia: 2324.41 Kcal; Białko: 107.72 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.84 g; Sód: 1599.07 mg; Węglowodany: 305.52 g; Cukier: 46.99 g; Błonnik spożywczy: 26.6 g;	Energia: 2324.41 Kcal; Białko: 107.72 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 23.84 g; Sód: 1599.07 mg; Węglowodany: 305.52 g; Cukier: 46.99 g; Błonnik spożywczy: 26.6 g;	Energia: 2162.41 Kcal; Białko: 89.42 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.03 g; Sód: 1528.57 mg; Węglowodany: 322.02 g; Cukier: 64.99 g; Błonnik spożywczy: 28.55 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
05.01.2026 poniedziałek						
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka 50g (GOR) chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka 50g (GOR) chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400ml (GLU) Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 50g (GLU,) z masłem roślinnym 10g(MLE) i jajkiem 50g(JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml+cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml+cukier 5g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 300g (SEL) Sos koperkowy 100g (GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g SEL) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: cukrzyce, ZPO, położnictwo, pediatria	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 20g (GLU)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> kefir 200g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2208.11 Kcal; Białko: 75.47 g; Tłuszcz: 55.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.23 g; Sód: 2165.8 mg; Węglowodany: 347.93 g; Cukier: 57.35 g; Błonnik spożywczy: 34.55 g;	Energia:2241.11 Kcal; Białko: 79.87 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 17.23 g; Sód: 2161.8 mg; Węglowodany: 357.23 g; Cukier: 56.53 g; Błonnik spożywczy: 28.85 g;	Energia: 137.19 Kcal; Białko: 80.65 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.64 g; Sód: 1777.22 mg; Węglowodany: 316.81 g; Cukier: 20.43 g; Błonnik spożywczy: 47.93 g;	Energia: 2055.65 Kcal; Białko: 64.04 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.52 g; Sód: 2197.09 mg; Węglowodany: 356.24 g; Cukier: 57.33 g; Błonnik spożywczy: 23.96 g;	Energia: 2055.65 Kcal; Białko: 64.04 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 15.52 g; Sód: 2197.09 mg; Węglowodany: 356.24 g; Cukier: 57.33 g; Błonnik spożywczy: 23.96 g;	Energia: 2044.14 Kcal; Białko: 62.77 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 10.24 g; Sód: 1568.93 mg; Węglowodany: 362.06 g; Cukier: 57.32 g; Błonnik spożywczy: 22.35 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

GOMI Żywność Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
23-320 Poniatoła
tel./fax (81) 820-43-18
NIP 7171840940 Regon 525613130
mgr inż. dietetyki
Klaudia Lefek

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.12.2025-07.01.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
06.01.2026 wtorek						
ŚNIADANIE	Pasta z jaj 80g (JAJ) sałata 10g Chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Pasta z jaj 80g (JAJ) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Pasta z jaj 80g (JAJ) sałata 10g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) Herbata 300ml+cukier 5g	Jaja 2 szt. (JAJ) sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml (GLU) herbata 300 ml +cukier 5g
OBIAD	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) kotlet schabowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g Kompot 300ml + Cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Bitka schabowa duszona 100g (GLU, JAJ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml+Cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Bitka schabowa duszona 100g (GLU, JAJ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml+cukier 10	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa duszona 100g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml+Cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa duszona 100g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml+Cukier 5g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa duszona 100g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml+Cukier 5g
PODWIECZOREK: cukrzyce, ZPO, położnictwo,pediatric	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Kiwi 1szt	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i twarogiem 50g(MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia: 2545.1 Kcal; Białko: 81.54 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 20.36 g; Sód: 1558.18 mg; Węglowodany: 340.9 g; Cukier: 63.12 g; Błonnik spożywczy: 27.72 g;	Energia: 2381.75 Kcal; Białko: 82.54 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 19.85 g; Sód: 1531.63 mg; Węglowodany: 308.39 g; Cukier: 47.31 g; Błonnik spożywczy: 21.7 g;	Energia: 2137.19 Kcal; Białko: 80.65 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.64 g; Sód: 1777.22 mg; Węglowodany: 316.81 g; Cukier: 20.43 g; Błonnik spożywczy: 47.93 g;	Energia: 2282.86 Kcal; Białko: 96.84 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.18 g; Sód: 1545.11 mg; Węglowodany: 319.01 g; Cukier: 68.37 g; Błonnik spożywczy: 32.63 g;	Energia: 2282.86 Kcal; Białko: 96.84 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 14.18 g; Sód: 1545.11 mg; Węglowodany: 319.01 g; Cukier: 68.37 g; Błonnik spożywczy: 32.63 g;	Energia: 2106.06 Kcal; Białko: 87.47 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 7.84 g; Sód: 1422.59 mg; Węglowodany: 295.53 g; Cukier: 42.03 g; Błonnik spożywczy: 22.52 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-hubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Posilek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA
07.01.2026 środa						
ŚNIADANIE	Pasztet wieprzowy 50g (SEL) Ćwikła 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Pasztet wieprzowy 50g (SEL) Ćwikła 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml <u>IISN</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 300ml+cukier 5g
OBIAD	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 50g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 50g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 50g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 50g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 50g kompot 300ml+cukier 5g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z mięsem i warzywami 300g(GLU) Marchew gotowana 150g kompot 300ml+cukier 5g
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Galaretka owocowa 200g	Galaretka owocowa 200g	Sok pomidorowy 200g	Galaretka owocowa 200g	Galaretka owocowa 200g	Jabłko pieczone 1 szt
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU) chleb razowy 50g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml+cukier 5g 10g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml <u>IIK</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) sałata 10g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) sałata 10g Herbata 300ml+cukier 5g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) sałata 10g Herbata 300ml+cukier 5g
	Energia:2325.23 Kcal; Białko: 77.97 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22.65 g; Sód: 1482.87 mg; Węglowodany: 359.09 g; Cukier: 55.83 g; Błonnik spożywczy: 27.91 g;	Energia: 2338.83 Kcal; Białko: 81.25 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 22.59 g; Sód: 1472.87 mg; Węglowodany: 362.39 g; Cukier: 55.01 g; Błonnik spożywczy: 21.65 g;	Energia: 2417.6 Kcal; Białko: 72.79 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 18.97 g; Sód: 1962.96 mg; Węglowodany: 369.56 g; Cukier: 28.96 g; Błonnik spożywczy: 42.4 g;	Energia: 2121.11 Kcal; Białko: 77.23 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.91 g; Sód: 1381.17 mg; Węglowodany: 361.36 g; Cukier: 50.41 g; Błonnik spożywczy: 24.23 g;	Energia: 2121.11 Kcal; Białko: 77.23 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.91 g; Sód: 1381.17 mg; Węglowodany: 361.36 g; Cukier: 50.41 g; Błonnik spożywczy: 24.23 g;	Energia 2211.42 Kcal; Białko: 74.12 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone: 11.65 g; Sód: 1462.48 mg; Węglowodany: 359.83 g; Cukier: 30.34 g; Błonnik spożywczy: 26.65 g;

Alergeny: 1(GLU)-gluten 2-skorupiaki 3(JAJ)-jaja 4(RYB)-ryby 5-orzeszki ziemne 6(SOJ)-ziarna soi 7(MLE)- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9(SEL)- seler 10(GOR)-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr inż. dietetyki, ul. Modrzawska 4
Klaudia Lefek 53-320 Pionatowa
tel./fax (81) 820-41-18
NIP 7171840940 Regon 525613130
GOMI Żywnienie Sp. z o.o.