



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2023-11-21

| Rodzaj diety  | Dieta ogólna                           | Dieta lekkostrawna             | Dieta cukrzycowa                                     | Dieta wrzodowa/wątrobowa       |
|---|--|--------------------------------|--|--------------------------------|
| rodzaj posiłku  | śniadanie 7:30-8:00                    | śniadanie 7:30-8:00            | śniadanie 7:30-8:00                                  | śniadanie 7:30-8:00            |
| skład posiłku   | musli na mleku                         | musli na mleku                 | musli na mleku                                       | musli na mleku                 |
|   | ser żółty                              | kiełbasa krakowska             | kiełbasa krakowska                                   | kiełbasa krakowska             |
|   | banan                                  | banan                          | banan  | banan                          |
|   | pieczywo pszenne, żytnie, masło ekstra | pieczywo pszenne, masło ekstra | pieczywo żytnie, masło ekstra                        | pieczywo pszenne, masło ekstra |
|   | herbata czarna                         | herbata czarna                 | herbata czarna bez cukru                             | herbata czarna bez/z cukrem    |
| rodzaj posiłku  | obiad 12:00-13:00                      | obiad 12:00-13:00              | obiad 12:00-13:00                                    | obiad 12:00-13:00              |
| skład posiłku   | rosół z makaronem                      | rosół z makaronem              | rosół z makaronem                                    | rosół z makaronem              |
|   | smażone udko panierowane               | gotowane udko w sosie ziołowym | gotowane udko w sosie ziołowym                       | gotowane udko w sosie ziołowym |
|   | ryż biały gotowany                     | ryż biały gotowany             | ryż brązowy gotowany                                 | ryż biały gotowany             |
|   | surówka z czerwonej kapusty            | surówka z czerwonej kapusty    | surówka z czerwonej kapusty                          | surówka z czerwonej kapusty    |
|   | kompot owocowy                         | kompot owocowy                 | kompot owocowy bez cukru                             | kompot owocowy bez cukru       |
| rodzaj posiłku  | kolacja 17:00-18:00                    | kolacja 17:00-18:00            | kolacja 17:00-18:00                                  | kolacja 17:00-18:00            |
| skład posiłku   | rolada z indyka                        | rolada z indyka                | rolada z indyka                                      | rolada z indyka                |
|   | ogórek zielony świeży                  | jabłko                         | jabłko   | jabłko                         |
|   | pieczywo pszenne, żytnie, masło ekstra | pieczywo pszenne, masło ekstra | pieczywo żytnie, masło ekstra                        | pieczywo pszenne, masło ekstra |
|   | herbata czarna                         | herbata czarna                 | herbata czarna bez cukru                             | herbata czarna                 |
| rodzaj posiłku  | podwieczorek 20:00-22:00               | podwieczorek 20:00-22:00       | podwieczorek 20:00-22:00                             | podwieczorek 20:00-22:00       |
| skład posiłku   | mus owocowy                            | mus owocowy                    | mus owocowy<br>pieczywo żytnie<br>połędwica drobiowa | mus owocowy                    |
| <b>wartości odżywcze</b>  |  |                                |  |                                |
| wartość energetyczna  | 2998 kcal                              | 2710 kcal                      | 3084 kcal  | 2543 kcal                      |
| białko ogółem   | 124,06 g                               | 112,68 g                       | 129,52 g   | 109,56 g                       |
| węglowodany ogółem, w tym cukry   | 409,27 g                               | 385,8 g                        | 444,38 g   | 351,79 g                       |
|   | 114,01 g                               | 128,67 g                       | 101,99 g   | 107,21 g                       |
| tłuszcz, w tym  | 100,65 g                               | 82,56 g                        | 95,78 g  | 81,93 g                        |
| nasycone kw. tł.  | 40,89 g                                | 33,93 g                        | 35,66 g  | 33,88 g                        |
| błonnik pokarmowy   | 28,61 g                                | 27,93 g                        | 42,03 g  | 17,22 g                        |
| sól   | 11,94 g                                | 10,47 g                        | 14,49 g  | 10,55 g                        |
| <b>alergeny:</b> gluten, jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, gorczyca i pochodne, sezam |  |                                |  |                                |

Jadłospis zapewnia wyżywienie odpowiednie do stanu zdrowia, na podstawie zaleceń opublikowanych przez ministra właściwego do spraw zdrowia, zgodnie z § 8 ust. 1 pkt 1. Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 września 2023 (Dz.U. z 2023 poz. 2021)

**Kierownik Działu Żywności**  
**Anna Kołodyńska**

**Dietetyk**  
**mgr Natalia Ciesielczuk-Żak**