



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2023-12-24

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	ser twarogowy, miód	ser twarogowy, miód	ser twarogowy	ser twarogowy/ ser twarogowy, miód
	pomarańcza	pomarańcza	pomarańcza	sok owocowy
	pieczywo pszenne, żytnie, masło ekstra	pieczywo pszenne, masło ekstra	pieczywo żytnie, masło ekstra	pieczywo pszenne, masło ekstra
	herbata czarna, napar z cukrem	herbata czarna, napar z cukrem	herbata czarna, napar bez cukru	herbata czarna, napar 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	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa
	gotowany ryż biały z sosem jabłkowym	gotowany ryż biały z sosem jabłkowym	gotowany ryż brązowy z sosem jabłkowym	gotowany ryż biały z sosem jabłkowym
	sok warzywny	sok warzywny	sok warzywny	sok warzywny
	kompot owocowy	kompot owocowy	kompot owocowy bez cukru	kompot owocowy bez/ z cukrem
rodzaj posiłku	kolacja 17:00-18:00	kolacja 17:00-18:00	kolacja 17:00-18:00	kolacja 17:00-18:00
skład posiłku	śledź	barszcz z uszkami	barszcz z uszkami	barszcz z uszkami
	barszcz z uszkami	ryba gotowana	ryba gotowana	ryba gotowana
	kapusta z grzybami, pierogi z grzybami	placek drożdżowy	serek light	serek light/ placek drożdżowy
	placek drożdżowy	pieczywo pszenne	pieczywo żytnie	pieczywo pszenne
	pieczywo pszenne, żytnie	herbata czarna, napar z cukrem	herbata czarna, napar bez cukru	herbata czarna, napar bez/ z cukrem
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 pieczywo żytnie jogurt naturalny	mus owocowy
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	3563 kcal	2856 kcal	2713 kcal	2523/2727 kcal
białko ogółem	105,03 g	102,65 g	124,74 g	119,69/115,85 g
węglowodany ogółem, w tym cukry	604,01 g	469,08 g	450,57 g	393,41/453,73 g
tłuszcz, w tym nasycone kw. tł.	143,62 g	127,14 g	109,45 g	112,42/154,29 g
błonnik pokarmowy	86,41 g	68,36 g	53,94 g	57,12/55,75 g
sól	33,18 g	31,09 g	29,31 g	32,42 g
	46,64 g	25,56 g	45,18 g	26,22 g
	6,82 g	3,19 g	5,00 g	3,2 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**