



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2024-01-13

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	mozaika drobiowa	mozaika drobiowa	mozaika drobiowa	mozaika drobiowa
	pomarańcza	pomarańcza	pomarańcza	sok warzywny
	pieczywo pszenne, 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 grysikowa z brokułem	zupa grysikowa z brokułem	zupa grysikowa z brokułem	zupa grysikowa z brokułem
	gotowany gulasz wieprzowo- warzywny	gotowany gulasz drobiowo- warzywny	gotowany gulasz drobiowo- warzywny	gotowany gulasz drobiowo- warzywny
	gotowana kasza jęczmienna	gotowana kasza jęczmienna	gotowana kasza jęczmienna	gotowana kasza jęczmienna
	surówka z kapusty pekińskiej	surówka z kapusty pekińskiej	surówka z kapusty pekińskiej	surówka z kapusty pekińskiej
	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	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska
	jabłko	jabłko	jabłko	jabłko gotowane
	pieczywo pszenne, 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				
skład posiłku	jogurt grecki	jogurt grecki	jogurt grecki	jogurt grecki
			pieczywo żytnie	
			szynka	
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	2256 kcal	2220 kcal	2307 kcal	2024/2184 kcal
białko ogółem	91,90 g	91,38 g	96,59 g	92,24 g
węglowodany ogółem, w tym cukry	365,61 g	356,97 g	370,51 g	304,43/345,61 g
	103,18 g	102,18 g	64,03 g	38,15/80,16 g
tłuszcz, w tym	54,59 g	54,29 g	57,13 g	54,98 g
nasycone kw. tł.	23,98 g	23,9 g	24,79 g	24,1 g
błonnik pokarmowy	32,48 g	29,18 g	37,6 g	25,86 g
sól	13,74 g	13,41 g	15,76 g	13,06 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 Żywienia**  
**Anna Kołodyńska**

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