



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2024-01-21

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	parówki z szynki, ketchup	parówki z szynki, ketchup	parówki z szynki, ketchup	parówki z szynki, ketchup
	banan	banan	banan z jogurtem	banan
	pieczywo pszenne, masło ekstra	bułka pszenna, masło ekstra	pieczywo żytnie, masło ekstra	bułka pszenna, 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 pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem
	drobiowy filet gotowany w sosie	drobiowy filet gotowany w sosie	drobiowy filet gotowany w sosie	drobiowy filet gotowany w sosie
	ryż biały gotowany	ryż biały gotowany	ryż brązowy gotowany	ryż biały gotowany
	gotowany bukiet warzyw	gotowany bukiet warzyw	gotowany bukiet warzyw	gotowany bukiet warzyw
	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 szynkowa	kiełbasa szynkowa	kiełbasa szynkowa	kiełbasa szynkowa
	mandarynka	mandarynka	mandarynka	sok warzywny
	pieczywo pszenne, masło ekstra	bułka pszenna, masło ekstra	pieczywo żytnie, masło ekstra	bułka pszenna, 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	
			rolada z indyka	
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	2402 kcal	2330 kcal	2451 kcal	2204/2274 kcal
białko ogółem	100,6 g	99,56 g	108,96 g	102,11/101,73 g
węglowodany ogółem, w tym cukry	376,07 g	358,79 g	370,74 g	321,38/339,51 g
	108,4 g	106,4 g	62,41 g	66,47/ 88,22 g
tłuszcz, w tym	59,99 g	59,39 g	66,01 g	60,61 g
nasycone kw. tł.	21,5 g	21,34 g	23,7 g	21,61 g
błonnik pokarmowy	20,70 g	14,1 g	29,84 g	14,92/11,68 g
sól	11,68 g	11,02 g	13,71 g	11,02 g

**alergeny:** 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**