



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2024-10-21

| 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 z mlekiem  | musli z mlekiem                          | musli z mlekiem                          | musli z mlekiem                          |
|                           | ser twarogowy, dżem owocowy                                      | ser twarogowy, dżem owocowy              | ser twarogowy                            | ser twarogowy/ ser twarogowy, dżem       |
|                           | gruszka  | gruszka                                  | gruszka                                  | gotowana marchew mini                    |
|                           | chleb pszenno- żytni, masło ekstra                               | bułka pszenna, masło ekstra              | chleb żytni, masło ekstra                | bułka pszenna, masło ekstra              |
|                           | herbata czarna- napar z cukrem                                   | herbata czarna- napar z cukrem           | herbata czarna- napar bez dodatku 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 pieczarkowa   | zupa kalafiorowo- brokułowa niezabielana | zupa kalafiorowo- brokułowa niezabielana | zupa kalafiorowo- brokułowa niezabielana |
|                           | gotowane pierogi z kaszą gryczaną i serem twarogowym ze śmietaną | gotowany ryż biały z sosem jabłkowym     | gotowany ryż brązowy z sosem jabłkowym   | gotowany ryż biały z sosem jabłkowym     |
|                           | kompot owocowy   | kompot owocowy                           | kompot owocowy bez dodatku 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             | pasta kanapkowa z jajek i tuńczyka                               | pasta kanapkowa z jajek i tuńczyka       | pasta kanapkowa z jajek i tuńczyka       | połędwica sopocka                        |
|                           | pomidor  | pomidor                                  | pomidor                                  | pomidor                                  |
|                           | chleb pszenno- żytni, masło ekstra                               | bułka pszenna, masło ekstra              | chleb żytni, masło ekstra                | bułka pszenna, masło ekstra              |
|                           | herbata czarna- napar z cukrem                                   | herbata czarna- napar z cukrem           | herbata czarna- napar bez dodatku 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             | banan  | banan                                    | banan z jogurtem naturalnym              | banan z jogurtem naturalnym/ banan       |
|                           |  |  | chleb żytni                              |  |
|                           |  |  | połędwica sopocka                        |  |
| <b>wartości odżywcze</b>  |  |  |  |  |
| wartość energetyczna      | 2593 kcal  | 2406 kcal                                | 2461 kcal                                | 2014/ 2223 kcal                          |
| białko ogółem             | 95,89 g  | 88,52 g                                  | 119,23 g                                 | 83,24/ 75,77 g                           |
| węglowodany ogółem, w tym | 358,87 g   | 362,68 g                                 | 334,95 g                                 | 286,99/ 354,23 g                         |
| cukry                     | 144,74 g   | 151,89 g                                 | 81,87 g                                  | 77,80/ 144,99 g                          |
| tłuszcz, w tym            | 91,55 g  | 72,49 g                                  | 76,15 g                                  | 65,04/ 61,95 g                           |
| nasycone kw. tł.          | 41,70 g  | 37,52 g                                  | 37,44 g                                  | 36,95/ 35,26 g                           |
| błonnik pokarmowy         | 24,23 g  | 22,56 g                                  | 37,09 g                                  | 23,11/ 23,88 g                           |
| sól                       | 9,01 g   | 8,24 g                                   | 7,74 g                                   | 8,42/ 8,24 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**