



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2024-11-26

| 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   | ryż gotowany na mleku               | ryż gotowany na mleku                      | ryż gotowany na mleku                      | ryż gotowany na mleku                      |
|   | ogonówka                            | ogonówka                                   | ogonówka                                   | ogonówka                                   |
|   | sałata masłowa                      | sałata masłowa                             | sałata masłowa                             | sałata masłowa                             |
|   | chleb pszenno- żytnie, 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 jarzynowa                      | zupa jarzynowa niezabielana                | zupa jarzynowa niezabielana                | zupa jarzynowa niezabielana                |
|   | gotowany bigos z białej kapusty     | gotowany filet drobiowy w sosie koperkowym | gotowany filet drobiowy w sosie jarzynowym | gotowany filet drobiowy w sosie jarzynowym |
|   | ziemniaki gotowane                  | ziemniaki gotowane                         | ziemniaki gotowane                         | ziemniaki gotowane                         |
|   | kompot owocowy                      | gotowana marchew mini                      | gotowana marchew mini                      | gotowana marchew mini                      |
|   |                                     | 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   | mozaika drobiowa                    | mozaika drobiowa                           | mozaika drobiowa                           | mozaika drobiowa                           |
|   | pomarańcza                          | pomarańcza                                 | pomarańcza                                 | kalafior gotowany                          |
|   | chleb pszenno- żytnie, 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   | jogurt owocowy                      | jogurt owocowy                             | sok  | sok/ jogurt owocowy                        |
|   |                                     |  | chleb żytni                                |  |
|   |                                     |  | serek lekki                                |  |
| <b>wartości odżywcze</b>  |                                     |  |  |  |
| wartość energetyczna  | 2291 kcal                           | 2214 kcal                                  | 2427 kcal                                  | 2087/ 2166 kcal                            |
| białko ogółem   | 86,20 g                             | 96,34 g                                    | 116,42 g                                   | 92,08/ 97,15 g                             |
| węglowodany ogółem, w tym cukry   | 352,61 g                            | 354,00 g                                   | 373,37 g                                   | 330,51/ 341,49 g                           |
| tłuszcz, w tym nasycone kw. tł.   | 115,70 g                            | 114,65 g                                   | 88,95 g                                    | 93,48/ 103,64 g                            |
| błonnik pokarmowy   | 66,45 g                             | 52,32 g                                    | 57,17 g                                    | 50,62/ 52,14 g                             |
| sól   | 30,48 g                             | 25,70 g                                    | 24,33 g                                    | 24,42/ 25,69 g                             |
|   | 30,11 g                             | 26,93 g                                    | 39,91 g                                    | 26,44/ 26,24 g                             |
|   | 10,73 g                             | 8,08 g                                     | 6,32 g                                     | 7,96/ 8,12 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**