



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2025-01-02

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	płatki owsiane na mleku	płatki owsiane na mleku	płatki owsiane na mleku	płatki owsiane na mleku
	połędwica sopocka	połędwica sopocka	połędwica sopocka	połędwica sopocka
	kiwi	kiwi	kiwi	kalafior gotowany
	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 jarzynowa	zupa jarzynowa bez śmietany	zupa jarzynowa bez śmietany	zupa jarzynowa bez śmietany
	gotowane łazanki z kapustą kwaszoną i mięsem wieprzowym	gotowany zraz drobiowy w sosie jarzynowym	gotowany zraz drobiowy w sosie jarzynowym	gotowany zraz drobiowy w sosie jarzynowym
	kompot owocowy	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane
		surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym	surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym	surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym
		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	szynka drobiowa	szynka drobiowa	szynka drobiowa	szynka drobiowa
	jabłko	jabłko	jabłko	jabłko gotowane
	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	jogurt owocowy	jogurt owocowy	sok	sok/ jogurt owocowy
			chleb żytni	
			kiełbasa szynkowa	
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	2457 kcal	2401 kcal	2556 kcal	2253/ 2382 kcal
białko ogółem	94,13 g	90,34 g	103,52 g	86,80/ 91,87 g
węglowodany ogółem, w tym cukry	375,75 g	377,86 g	394,23 g	349,09/ 372,57 g
tłuszcz, w tym nasycone kw. tł.	113,78 g	132,51 g	106,81 g	105,52/ 128,18 g
błonnik pokarmowy	71,08 g	65,62 g	68,47 g	63,87/ 65,39 g
sól	30,51 g	26,69 g	25,94 g	25,36/ 25,63 g
	29,92 g	29,67 g	42,65 g	30,56/ 30,36 g
	11,39 g	7,77 g	6,92 g	7,65/ 7,81 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**