



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2025-01-03

| 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                   | kasza gryczana gotowana na mleku<br>ser twarogowy z jogurtem naturalnym<br>mandarynka<br>chleb pszenno- żytni, masło ekstra<br>herbata czarna- napar z cukrem | kasza gryczana gotowana na mleku<br>ser twarogowy z jogurtem naturalnym<br>mandarynka<br>bułka pszenna, masło ekstra<br>herbata czarna- napar z cukrem | kasza gryczana gotowana na mleku<br>ser twarogowy z jogurtem naturalnym<br>mandarynka<br>chleb żytni, masło ekstra<br>herbata czarna- napar bez dodatku cukru | kasza gryczana gotowana na mleku<br>ser twarogowy z jogurtem naturalnym<br>gotowana marchew mini<br>bułka pszenna, masło ekstra<br>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                   | kapuśniak<br>gotowane pierogi z ryżem i serem twarogowym<br>kompot owocowy  | krupnik jaglany<br>gotowany biały makaron z serem twarogowym i masłem<br>kompot owocowy  | krupnik jaglany<br>gotowany brązowy makaron z serem twarogowym i masłem<br>kompot owocowy bez dodatku cukru   | krupnik jaglany<br>gotowany biały makaron z serem twarogowym i masłem<br>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                   | sałatka jarzynowa<br>kiełbasa krakowska<br>chleb pszenno- żytni, masło ekstra<br>herbata czarna- napar z cukrem   | kiełbasa krakowska<br>pomidor<br>bułka pszenna, masło ekstra<br>herbata czarna- napar z cukrem   | kiełbasa krakowska<br>pomidor<br>chleb żytni, masło ekstra<br>herbata czarna- napar bez dodatku cukru   | kiełbasa krakowska<br>pomidor<br>bułka pszenna, masło ekstra<br>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                   | jabłko  | jabłko   | jabłko<br>chleb żytni<br>jogurt grecki  | jabłko gotowane  |
| <b>wartości odżywcze</b>        |   |  |   |  |
| wartość energetyczna            | 2644 kcal   | 2459 kcal  | 2813 kcal   | 2303/ 2463 kcal  |
| białko ogółem                   | 103,30 g  | 99,12 g  | 130,88 g  | 99,96/ 99,78 g   |
| węglowodany ogółem, w tym cukry | 382,57 g<br>120,77 g  | 355,86 g<br>119,13 g   | 369,63 g<br>78,89 g   | 316,20/ 357,38 g<br>75,08/ 118,09 g  |
| tłuszcz, w tym nasycone kw. tł. | 83,63 g<br>36,47 g  | 76,03 g<br>40,51 g   | 92,99 g<br>47,62 g  | 76,56/ 76,13 g<br>40,57/ 40,55 g   |
| błonnik pokarmowy               | 24,85 g   | 19,59 g  | 39,58 g   | 22,75/ 22,10 g   |
| sól                             | 10,01 g   | 8,62 g   | 7,18 g  | 8,76 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**