



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2025-01-12

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
	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	obiad 12:00-13:00	obiad 12:00-13:00	obiad 12:00-13:00	obiad 12:00-13:00
skład posiłku	krupnik ryżowy	krupnik ryżowy	krupnik ryżowy	krupnik ryżowy
	smażony kotlet schabowy w panierce	gotowany schab w sosie ziołowym	gotowany schab w sosie ziołowym	gotowany schab w sosie ziołowym
	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane
	gotowana marchew mini	gotowana marchew mini	gotowana marchew mini	gotowana marchew mini
	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	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska
	sałata masłowa	sałata masłowa	sałata masłowa	sałata masłowa
	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 grecki	jogurt grecki	jogurt grecki	jogurt grecki
			chleb żytni	
			mozaika drobiowa	
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	2341 kcal	2272 kcal	2405 kcal	2272 kcal
białko ogółem	94,55 g	95,46 g	111,79 g	95,64/ 95,46 g
węglowodany ogółem, w tym	314,26 g	308,92 g	308,59 g	267,74/ 308,92 g
cukry	76,95 g	82,67 g	37,62 g	40,66/ 82,67 g
tłuszcz, w tym	84,64 g	78,68 g	84,98 g	79,11/ 78,68 g
nasycone kw. tł.	27,87 g	28,63 g	28,70 g	28,65/ 28,63 g
błonnik pokarmowy	25,97 g	24,13 g	37,56 g	24,78/ 24,13 g
sól	13,72 g	12,41 g	10,81 g	12,41 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**