



## "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU" JADŁOSPIS



na dzień 2025-03-08

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	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska	kiełbasa krakowska
	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	zupa z fasolki szparagowej	zupa z fasolki szparagowej niezabielana	zupa z fasolki szparagowej niezabielana	zupa z fasolki szparagowej niezabielana
	gotowany gulasz wieprzowy z warzywami	gotowany gulasz drobiowy z warzywami	gotowany gulasz drobiowy z warzywami	gotowany gulasz drobiowy z warzywami
	gotowana kasza jęczmienna perłowa	gotowana kasza jęczmienna perłowa	gotowana kasza jęczmienna perłowa	gotowana kasza jęczmienna perłowa
	surówka colesław z olejem rzepakowym	surówka colesław z olejem rzepakowym	surówka colesław z olejem rzepakowym	gotowana marchew z kalafiorem
rodzaj posiłku	Kolacja 17:00- 18:00	kolacja 17:00-18:00	kolacja 17:00-18:00	kolacja 17:00-18:00
skład posiłku	polędwica drobiowa	polędwica drobiowa	polędwica drobiowa	polędwica 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	sok owocowy	sok owocowy	sok warzywny	sok warzywny/ sok owocowy
			chleb żytni	
			rolada z indyka	
<b>wartości odżywcze</b>				
wartość energetyczna	2637 kcal	2271 kcal	2325 kcal	1906/ 2066 kcal
białko ogółem	84,22 g	82,26 g	103,63 g	82,98/ 82,80 g
węglowodany ogółem, w tym	381,90 g	350,88 g	331,21 g	289,67/ 330,85 g
cukry	136,35 g	138,92 g	72,84 g	76,55/ 118,66 g
tłuszcz, w tym	93,48 g	66,64 g	70,37 g	51,95/ 51,52 g
nasycone kw. tł.	30,76 g	25,23 g	25,63 g	24,28/ 24,26 g
błonnik pokarmowy	32,53 g	28,16 g	43,09 g	24,43/ 23,78 g
sól	17,86 g	16,67 g	15,82 g	12,67 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**