



# "DOBRY POSIŁEK W SZPITALU"

## JADŁOSPIS



na dzień 2025-05-31

| 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 szynkowa                                | kiełbasa szynkowa                                | kiełbasa szynkowa                                | kiełbasa szynkowa                                |
|                                                                                                                                                                                  | mandarynka                                       | mandarynka                                       | mandarynka                                       | 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 z zielonego groszku                         | zupa z zielonego groszku niezabielana            | zupa z zielonego groszku niezabielana            | zupa z zielonego groszku                         |
|                                                                                                                                                                                  | gotowany gulasz wieprzowy z warzywami            | gotowany gulasz drobiowy z warzywami             | gotowany gulasz drobiowy z warzywami             | gotowany gulasz drobiowy z warzywami             |
|                                                                                                                                                                                  | kasza jęczmienna perłowa gotowana                | kasza jęczmienna perłowa gotowana                | kasza jęczmienna perłowa gotowana                | kasza jęczmienna perłowa gotowana                |
|                                                                                                                                                                                  | surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym | 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                                   | 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                                                                                                                                                                    | polędwica drobiowa                               | polędwica drobiowa                               | polędwica drobiowa                               | polędwica drobiowa                               |
|                                                                                                                                                                                  | 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                                                                                                                                                                    | ciastka kruche                                   | ciastka kruche                                   | mus owocowy                                      | mus owocowy/ ciastka kruche                      |
|                                                                                                                                                                                  |                                                  |                                                  | chleb żytni                                      |                                                  |
|                                                                                                                                                                                  |                                                  |                                                  | kiełbasa krakowska                               |                                                  |
| wartość odżywcza                                                                                                                                                                 |                                                  |                                                  |                                                  |                                                  |
| wartość energetyczna                                                                                                                                                             | 2483 kcal                                        | 2249 kcal                                        | 2212 kcal                                        | 1819/ 2286 kcal                                  |
| białko ogółem                                                                                                                                                                    | 72,83 g                                          | 80,30 g                                          | 101,76 g                                         | 78,75/ 82,27 g                                   |
| węglowodany ogółem, w tym                                                                                                                                                        | 394,52 g                                         | 356,52 g                                         | 317,10 g                                         | 273,85/ 364,62 g                                 |
| cukry                                                                                                                                                                            | 109,92 g                                         | 100,81 g                                         | 49,94 g                                          | 48,58/ 107,91 g                                  |
| tłuszcz, w tym                                                                                                                                                                   | 75,36 g                                          | 62,23 g                                          | 64,48 g                                          | 51,84/ 62,21 g                                   |
| nasycone kw. tł.                                                                                                                                                                 | 28,30 g                                          | 24,83 g                                          | 24,77 g                                          | 21,10/ 24,84 g                                   |
| błonnik pokarmowy                                                                                                                                                                | 31,65 g                                          | 28,33 g                                          | 42,62 g                                          | 30,67/ 29,16 g                                   |
| sól                                                                                                                                                                              | 10,81 g                                          | 10,25 g                                          | 9,98 g                                           | 10,36 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 Żywienia  
Anna Kołodyńska

Dietetyk  
mgr Natalia Ciesielczuk-Żak