



"DOBRY POSIŁEK W SZPITALU"  
JADŁOSPIS



na dzień 2025-10-07

| Rodzaj diety                                                                                                                                                                     | Dieta podstawowa                                         | Dieta łatwostrawna                                       | 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                                  | zupa bezmleczna                                          | płatki owsiane na mleku                                  |
|                                                                                                                                                                                  | ser twarogowy, miód naturalny                            | ser twarogowy, miód naturalny                            | ser twarogowy                                            | ser twarogowy, miód naturalny                            |
|                                                                                                                                                                                  | jabłko                                                   | jabłko                                                   | jabłko                                                   | jabłko                                                   |
|                                                                                                                                                                                  | 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 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                                                                                                                                                                    | rosół z makaronem                                        | rosół z makaronem                                        | rosół z makaronem                                        | rosół z makaronem                                        |
|                                                                                                                                                                                  | smażone udko panierowane                                 | udko gotowane z sosem koperkowym                         | udko gotowane z sosem koperkowym                         | udko gotowane z sosem koperkowym                         |
|                                                                                                                                                                                  | ryż biały gotowany                                       | ryż biały gotowany                                       | ryż brązowy gotowany                                     | ryż biały gotowany                                       |
|                                                                                                                                                                                  | surówka z parzonej czerwonej kapusty z olejem rzepakowym | surówka z parzonej czerwonej kapusty z olejem rzepakowym | surówka z parzonej czerwonej kapusty z olejem rzepakowym | surówka z parzonej czerwonej kapusty 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                                                                                                                                                                    | mozaika drobiowa                                         | mozaika drobiowa                                         | mozaika drobiowa                                         | mozaika drobiowa                                         |
|                                                                                                                                                                                  | papryka                                                  | ogórek kiszony                                           | ogórek kiszony                                           | warzywa duszone                                          |
|                                                                                                                                                                                  | 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 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                                                                                                                                                                    | banan                                                    | banan                                                    | banan z jogurtem naturalnym                              | banan                                                    |
|                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                          | chleb żytni                                              |                                                          |
|                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                          | ser żółty                                                |                                                          |
| wartość odżywcza                                                                                                                                                                 |                                                          |                                                          |                                                          |                                                          |
| wartość energetyczna                                                                                                                                                             | 2628 kcal                                                | 2586 kcal                                                | 2750 kcal                                                | 2426/ 2586 kcal                                          |
| białko ogółem                                                                                                                                                                    | 92,00 g                                                  | 91,24 g                                                  | 119,54 g                                                 | 91,42/ 91,24 g                                           |
| węglowodany ogółem, w tym                                                                                                                                                        | 395,51 g                                                 | 384,23 g                                                 | 369,66 g                                                 | 343,05/ 384,23 g                                         |
| cukry                                                                                                                                                                            | 145,85 g                                                 | 142,74 g                                                 | 79,01 g                                                  | 100,73/ 142,74 g                                         |
| tłuszcz, w tym                                                                                                                                                                   | 81,52 g                                                  | 81,20 g                                                  | 93,54 g                                                  | 81,63/ 81,20 g                                           |
| nasycone kw. tł.                                                                                                                                                                 | 29,56 g                                                  | 30,99 g                                                  | 37,22 g                                                  | 31,01/ 30,99 g                                           |
| błonnik pokarmowy                                                                                                                                                                | 27,65 g                                                  | 23,67 g                                                  | 44,41 g                                                  | 24,32/ 23,67 g                                           |
| sól                                                                                                                                                                              | 10,97 g                                                  | 9,63 g                                                   | 9,47 g                                                   | 9,63 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)

Szef Kuchni  
Renata Kutrzepa

Dietetyk  
mgr Natalia Ciesielczuk-Żak