

**Szanowni Pacjenci, od dnia 1.12.2023 r.**

**NZOZ Szpital na Siemiradzkiego im. R. Czerwiakowskiego przystąpił do programu  
"Dobry posiłek w szpitalu"**

wprowadzonego przez Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 25 września 2023 r.  
dotyczącego edukacji żywieniowej oraz poprawy jakości żywienia w szpitalach.



NZOZ SZPITAL NA SIEMIRADZKIEGO  
IM. R. CZERWIAKOWSKIEGO  
PRZYSTĄPIŁ DO PROJEKTU

**DOBRY POSIŁEK W SZPITALU**



Życzymy Smacznego!



Jadłospis za okres: od dnia 2023- 12-01 do dnia 2023-12-03 NZOZ Szpital na Siemiradzkiego im. R. Siemiradzkiego

**Jadłospis na dzień 01.12.2023r**

	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Dieta cukrzycowa	Dieta z ograniczeniem glutenu	Dieta bezmleczna	Dieta wegetariańska
Śniadanie	Tuńczyk w oleju 40g Serek topiony 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml	Wędlina 40 g Twaróg 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenna) 30/80g masło 15 g kawa inka 200ml herbata 200ml	Tuńczyk w oleju 40g Serek topiony 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (razowe) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml	Tuńczyk w oleju 40g Serek topiony 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło 15 g Kakao 200ml Herbata 200ml	Tuńczyk w oleju 40g Serek bez laktozy 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Tuńczyk w oleju 40g Serek topiony 50 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml
	<b>Mleko,mąka pszenna i razowa, ryby</b>	<b>Mleko,mąka pszenna, soja</b>	<b>Mleko,mąka razowa, ryby</b>	<b>Mleko, ryby</b>	<b>Mąka pszenna i razowa, ryby</b>	<b>Mleko, mąka, ryby</b>
II Śniadanie	-		Pieczywo razowe 30/50g sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek, 10 g Twaróg 30 g			
*	-		<b>Mleko,mąka razowa</b>			
Obiad	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba panierowana(miruna) 100g Ziemniaki 200g Buraczki zasmażane 100 g Sałata zielona ze śmietaną 30 g Kompot 250 ml	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba gotowana (miruna) 70g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 100 g Kompot 250 ml	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba gotowana (miruna) 70g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona ze śmietaną 30 g Kompot 250 ml	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba gotowana (miruna) 70g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona ze śmietaną 30 g Kompot 250 ml	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba gotowana (miruna) 70g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kompot 250 ml	Zupa kminkowa z makaronem 500ml Ryba panierowana(miruna) 100g Ziemniaki 200g Buraczki zasmażane 100 g Sałata zielona ze śmietaną 30 g Kompot 250 ml
*	<b>Mleko, mąka, seler, jaja, ryby</b>	<b>Mleko, seler, ryby, mąka</b>	<b>Mleko, seler, ryby, mąka</b>	<b>Mleko, seler, ryby,</b>	<b>Seler, ryby, mąka pszenna</b>	<b>Mleko, mąka, seler, jaja, ryby</b>

Podwieczorek	kisiel z jabłkiem 150 ml	kisiel z jabłkiem 150 ml	kisiel z jabłkiem 150 ml	kisiel z jabłkiem 150 ml	kisiel z jabłkiem 150 ml	kisiel z jabłkiem 150 ml
*	-	-	-	-	-	-
Kolacja	Pasta z jaj i zieleniny 70 g Wędlina 40 g Dżem 25 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Jajko gotowane ( bez żółtka) 50g Wędlina 40 g Dżem 25 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenna) 30/80g masło 15 g herbata 200ml	Pasta z jaj i zieleniny 70 g Wędlina 40 g Twaróg 30 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta z jaj i zieleniny 70 g Wędlina 40 g Dżem 25 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb bezglutenowy 100g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta z jaj i zieleniny 70 g Wędlina 40 g Dżem 25 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta z jaj i zieleniny 70 g Twaróg 40 g Dżem 25 g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml
*	<b>Jaja, soja, mąka</b>	<b>Jaja,soja,mąka</b>	<b>Mleko, soja, jaja, mąka</b>	<b>Jaja, soja, mleko</b>	<b>Jaja, soja, mąka, mleko</b>	<b>Jaja, mleko, mąka,</b>
Kolacja II			Pieczywo razowe, masło 30/50 g sałata zielona, pomidor, rzodkiewka 50 g wędlina 20g			
			<b>Mąka razowa, soja</b>			
	E:2495 [kcal] B:100 [g] T:109 [g] w tym nasycone 46 [g] W:292 [g] Błonnik: 23 [g] Sód: 4 [g]	E:1915 [kcal] B:94 [g] T:94 [g] w tym nasycone 35 [g] W: 253 [g] Błonnik: 28 [g] Sód: 4 [g]	E:2297 [kcal] B:104 [g] T:94 [g] w tym nasycone 46 [g] W:269 [g] Błonnik:28 [g] Sód:4 [g]	E:2207 [kcal] B:88 [g] T:76 [g] w tym nasycone 39 [g] W:294 [g] Błonnik:17 [g] Sód:2 [g]	E:2150 [kcal] B:111 [g] T:85 [g] w tym nasycone 47 [g] W:279 [g] Błonnik:22 [g] Sód:4 [g]	E:2413 [kcal] B:92 [g] T:104 [g] w tym nasycone 44 [g] W:291 [g] Błonnik:22 [g] Sód:3 [g]

\* Alergeny

Jadłospis za okres: od dnia 2023- 12-01 do dnia 2023-12-03 NZOZ Szpital na Siemiradzkiego im. R. Siemiradzkiego

## Jadłospis na dzień 02.12.2023r

	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Dieta cukrzycowa	Dieta z ograniczeniem glutenu	Dieta bezmleczna	Dieta wegetariańska
Snia- danie	Parówka wieprzowa 40g Serek topiony (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml	Parówka wieprzowa 40g Serek topiony (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenna) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml	Parówka wieprzowa 40g Serek topiony (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (razowe) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml	Wędlina 40g Serek topiony (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (bezglutenowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Parówka wieprzowa 40g Serek topiony bez laktozy (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Jajko gotowane 1 szt. Serek topiony (włoszczowa) 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Kawa inka 200ml Herbata 200ml
.	<b>Mleko, mąka, soja</b>	<b>Mleko, mąka, soja</b>	<b>Mleko, mąka, soja</b>	<b>Mleko, soja</b>	<b>Mleko, mąka soja</b>	<b>Mleko,mąka, jaja</b>
II Snia- danie	-		Pieczywo razowe 30/50g sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek, 10 g Twaróg 30 g			
.	-		<b>Mleko,mąka razowa</b>			
Obia- d	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami z jogurtem 350 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami 350 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 500 ml Ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350 g Kompot 250 ml
.	<b>Mleko, seler, mąka</b>	<b>Mleko, seler</b>	<b>Mleko, seler</b>	<b>Mleko, seler</b>	<b>Seler</b>	<b>Mleko, seler, mąka</b>
Pod- wiec- zore- k	bułka maślana 1 szt.	kanapka z szynką i warzywami 1 szt.	kanapka z szynką i warzywami 1 szt.	kanapka z szynką i warzywami 1 szt.	bułka maślana 1 szt.	bułka maślana 1 szt.

*	<b>Mąka, jaja</b>	<b>Soja</b>	<b>Soja, mąka</b>	<b>Soja</b>	<b>Mąka, jaja</b>	<b>Mąka, jaja</b>
Kola cja	Pasta drobiowa ze skrzydełek 100 g Twaróg 50 dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta drobiowa ze skrzydełek 100 g Twaróg 50 dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenny) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta drobiowa ze skrzydełek 100 g Twaróg 50 jaja 1 szt. Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (razowe) 30/80g masło 15 g Herbata 200ml	Pasta drobiowa ze skrzydełek 100 g Twaróg 50 dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (bezglutenowe) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Pasta drobiowa ze skrzydełek 100 g Serek bez laktozy 50 dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenny) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml	Jajko 1 szt. twaróg 50 dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenny) 30/80g Masło 15 g Herbata 200ml
*	<b>Mleko, seler, mąka</b>	<b>Mleko, mąka,</b>	<b>Mleko, mąka, jajko</b>	<b>Mleko, seler,</b>	<b>Mąka, seler,</b>	<b>Mleko, mąka, jajko</b>
Kola cja II			Pieczywo razowe, masło 30/50 g sałata zielona, pomidor, rzodkiewka 50 g Wędlina 20g			
			<b>Mąka razowa, soja</b>			
	E:2988 [kcal] B:111 [g] T:128 [g] w tym nasycone 47 [g] W:390 [g] Błonnik:25 [g] Sód: 2 [g]	E:2610 [kcal] B:99 [g] T:99 [g] w tym nasycone 48 [g] W: 309 [g] Błonnik 32: [g] Sód: 3 [g]	E: 2904 [kcal] B: 120 [g] T: 124 [g] w tym nasycone 55 [g] W: 337 [g] Błonnik: 32 [g] Sód: 3 [g]	E: 2730 [kcal] B: 76[g] T: 100 [g] w tym nasycone 51 [g] W:358 [g] Błonnik:22 [g] Sód: 2 [g]	E: 2910 [kcal] B:98 [g] T: 106 [g] w tym nasycone 38 [g] W: 394 [g] Błonnik: 30 [g] Sód:3 [g]	E: 2880 [kcal] B:78 [g] T:95 [g] w tym nasycone 40 [g] W:350 [g] Błonnik: 29 [g] Sód:3 [g]

\* Alergeny

Jadłospis za okres: od dnia 2023- 12-01 do dnia 2023-12-03 NZOZ Szpital na Siemiradzkiego im. R. Siemiradzkiego

**Jadłospis na dzień 03.12.2023r**

	Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Dieta cukrzycowa	Dieta z ograniczeniem glutenu	Dieta bezmleczna	Dieta wegetariańska
Śniadanie	Wędlina 40g Ser żółty 40g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 20g Kakao 200ml Herbata 200ml	Wędlina 40g Twaróg 50g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne)30/80g Masło 20g Kakao 200ml Herbata 200ml	Wędlina 40g Ser żółty 40g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka(razowe)30/80g Masło 20g Kakao 250ml Herbata 200ml	Wędlina 40g Ser żółty 40g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Pieczywo bezglutenowe 100g Masło 20g Kakao 200ml Herbata 200ml	Wędlina 40g Ser żółty 40g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe)30/80g Masło 20g Herbata 200ml	Twaróg 50 g Ser żółty 40g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g Chleb, bułka (pszenne/razowe)30/80g Masło 20g Herbata 200ml
*	<b>Mleko, mąka, soja</b>	<b>Mleko, mąka, soja ,</b>	<b>Mleko, mąka, soja</b>	<b>Mleko, soja</b>	<b>Mąka, mąka, soja</b>	<b>Mąka, mąka, soja, mleko</b>
II Śniadanie	-		Pieczywo razowe, masło 30/5g Sałata zielona, pomidor, rzodkiewka 10g Twaróg 30g			
*	-		<b>Mąka razowa , mleko</b>			
Obiad	Z. zacierkowa 500ml Filet z indyka w sosie własnym 60/50g Ziemniaki 200g Sur. z kapusty pekińskiej 100g Sał. zielona ze śmietaną 30g Kompot 250ml	Z. zacierkowa 500ml Filet z indyka duszony 60g Ziemniaki 200g Jarzyna gotowana 100g Kompot 250ml	Z. zacierkowa 500ml Filet z indyka w sosie własnym 60/50g Ziemniaki 200g Sur. z kapusty pekińskiej 100g Sał. zielona ze śmietaną 30g Kompot 250ml	Z. zacierkowa 500ml Filet z indyka duszony 60g Ziemniaki 200g Sur. z kapusty pekińskiej 100g Sał. zielona ze śmietaną 30g Kompot 250ml	Z. zacierkowa 500ml Filet z indyka w sosie własnym 60/50g Ziemniaki 200g Sur. z kapusty pekińsk. 100g Sał. zielona 20g Kompot 250ml	Z. zacierkowa 500ml Jajko sadzone 1 szt. Ziemniaki 200g Sur. z kapusty pekińsk. 100g Sał. zielona 20g Kompot 250ml

*	Mleko, seler, mąka	Mleko, seler	Mleko, seler, mąka,	Mleko, seler	Mąka , seler,	Jajka, mleko, mąka, seler
Podwiczorek	Galaretka owocowa z bitą śmietaną 150g	Galaretka owocowa z bitą śmietaną 150g	Galaretka owocowa 150g	Galaretka owocowa z bitą śmietaną 150g	Galaretka owocowa 150g	Galaretka owocowa z bitą śmietaną 150g
*	mleko	mleko		mleko		mleko
Kolacja	Salatka jarzynowa 150g Wędlina 40g, dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka,szczypiorek 30g, Chleb,bułka (pszenne/razowe) 30/80g Masło 15g Herbata 200g	Salatka jarzynowa 150g Wędlina 40g, dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g, Chleb,bułka (pszenne)30/80g Masło 15g Herbata 200g	Salatka jarzynowa 150g Wędlina 40g, twaróg 30g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g, Chleb,bułka (razowe)30/80g Masło 15g Herbata 200g	Salatka jarzynowa 150g Wędlina 40g, dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor,rzodkiewka, szczypiorek 30g, Pieczywo bezglutenowe 100g Masło 15g Herbata 200g	Salatka jarzynowa 150g Wędlina 40g, dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g, Chleb,bułka (pszenne/razowe)30/8g Masło 15g Herbata 200g	Salatka jarzynowa 150g serek Hochland 32g, dżem 25g Sałata zielona, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek 30g, Chleb,bułka(pszenne/razowe)30/80g Masło 15g Herbata 200g
*	Mleko, mąka, seler, jaja soja	Mleko, mąka, seler, jaja soja	Mleko, mąka, seler, jaja soja	Mleko, seler, jaja, soja	Mąka , mleko, seler, jaja, soja	Mąka , mleko, seler, jaja, soja
Kolacja II			Pieczywo razowe, masło 30/5g Sałata zielona, pomidor, rzodkiewka 10g Wędlina 20g			
			<b>Mąka, soja</b>			
	E:2184 [kcal] B:111 [g] T:91 [g] w tym nasycone 44[g] W:2,69 [g] Błonnik:2,4 [g] Sód:5 [g]	E: 2393[kcal] B:99 [g] T: 99[g] w tym nasycone 39 [g] W:268 [g] Błonnik:38 [g] Sód:5 [g]	E:2569[kcal] B:98 [g] T:109 [g] w tym nasycone 45[g] W:308 [g] Błonnik:38 [g] Sód:4 [g]	E:2522 [kcal] B:107 [g] T:93 [g] w tym nasycone [g] 7,6W: [g] Błonnik: 28 [g] Sód:2 [g]	E:2075 [kcal] B:78 [g] T:88 [g] w tym nasycone 34[g] W:262 [g] Błonnik:28 [g] Sód:5 [g]	E:2004 [kcal] B:63 [g] T:93 [g] w tym nasycone 36[g] W:237 [g] Błonnik:25 [g] Sód:4 [g]

\* Alergeny

