

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota D01-Podstawowa	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennie-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,5 /porcja 520g)= 523,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 /porcja 520g)= 28,20 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 520g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /porcja 520g)= 11,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /porcja 520g)= 54,10 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 520g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 520g)= 6,30 g Sól (100g)= ,4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 74,1 /porcja 520g)= 390,20 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,7 /porcja 1100g)= 952,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1100g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1100g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 1100g)= 134,10 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 1100g)= 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1100g)= 24,70 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 4,4 /porcja 1100g)= 49,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 480g)= 134,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,90 g Tłuszcz (100g)= ,4 /porcja 480g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 480g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 480g)= 24,30 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 11,7 /porcja 480g)= 55,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 /porcja 520g)= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 520g)= 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 520g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 520g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= ,2 /porcja 520g)= 0,90 g Sód (100g)= 91,6 /porcja 520g)= 482,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 155,60 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 273,80 g cukry suma 57,60 g Błonnik pokarmowy 39,80 g Sól 4,40 g Sód 977,40 mg</p>	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

STARSZY DIETETYK

*mgr inż. Magdalena Kwiatkowska*  
26.04.2026. *altep*

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota D02-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,2 /porcja 480g)= 548,30 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /porcja 480g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 480g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 /porcja 480g)= 11,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7 /porcja 480g)= 60,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 480g)= 4,50 g Sól (100g)= ,4 /porcja 480g)= 1,70 g Sód (100g)= 119,3 /porcja 480g)= 568,00 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,7 /porcja 1100g)= 907,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1100g)= 42,00 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /porcja 1100g)= 3,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 /porcja 1100g)= 110,00 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1100g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g)= 0,30 g Sód (100g)= 5,1 /porcja 1100g)= 56,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 /porcja 450g)= 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 450g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= ,4 /porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 /porcja 450g)= 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 450g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,4 /porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,3 /porcja 450g)= 55,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 /porcja 520g)= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 520g)= 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 520g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 520g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= ,2 /porcja 520g)= 0,90 g Sód (100g)= 91,6 /porcja 520g)= 482,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 125,30 kcal Białko ogółem 100,20 g Tłuszcz 69,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,40 g Węglowodny przyswajalne 253,90 g cukry suma 49,00 g Błonnik pokarmowy 39,20 g Sól 3,00 g Sód 1 162,70 mg</p>	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	<p>Pieczynko żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 446,40 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 39,40 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,90 g Sód 254,30 mg</p>	<p>Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 47,50 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 9,60 g cukry suma 9,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 1,90 mg</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza gryczana gotowana 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 671,50 kcal Białko ogółem 33,20 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 87,10 g cukry suma 17,20 g Błonnik pokarmowy 18,40 g Sól 0,80 g Sód 49,10 mg</p>	<p>Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 153,40 kcal Białko ogółem 3,70 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 30,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,10 g Sód 7,80 mg</p>	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,50 kcal Białko ogółem 20,10 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 41,70 g cukry suma 8,90 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,70 g Sód 301,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1761,30 kcal Białko ogółem 82,90 g Tłuszcz 59,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 207,80 g cukry suma 57,20 g Błonnik pokarmowy 31,70 g Sól 3,50 g Sód 614,20 mg</p>	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,9 /porcja 480g = 480,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /porcja 480g = 29,00 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 480g = 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g = 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /porcja 480g = 64,30 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 480g = 3,60 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 480g = 2,90 g Sód (100g)= 24 /porcja 480g = 114,10 mg</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 /porcja 350g = 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /porcja 350g = 3,30 g Tłuszcz (100g)= 0,5 /porcja 350g = 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 350g = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 350g = 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 350g = 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 350g = g Sól (100g)= 0 /porcja 350g = 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g = 7,80 mg</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,5 /porcja 1100g = 916,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 1100g = 46,80 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1100g = 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1100g = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1100g = 116,70 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1100g = 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g = 27,00 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g = 0,30 g Sód (100g)= 4,9 /porcja 1100g = 54,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,4 /porcja 500g = 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,1 /porcja 500g = 5,60 g Tłuszcz (100g)= 0,4 /porcja 500g = 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 500g = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 /porcja 500g = 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 500g = 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g = 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,10 g Sód (100g)= 11,5 /porcja 500g = 57,30 mg</p>	<p>Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 /porcja 460g = 403,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g = 17,50 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 460g = 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 /porcja 460g = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 460g = 59,60 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g = 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 460g = 3,40 g Sól (100g)= 0,5 /porcja 460g = 2,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 460g = 7,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2047,70 kcal Białko ogółem 102,20 g Tłuszcz 47,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,90 g Węglowodny przyswajalne 286,20 g cukry suma 63,90 g Błonnik pokarmowy 35,70 g Sól 5,60 g Sód 241,70 mg</p>	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota	D11- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 12,8 /(porcja 500g)= 64,10 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 069,10 kcal Białko ogółem 123,60 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 234,50 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,70 g Sód 265,30 mg	

Szczegółowy wykaz składników dan i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz w Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g)= 35,90 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,72 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 062,80 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,60 g Sód 227,80 mg	

Szczegółowy wykaz składników dan i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz w Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,2 / (porcja 480g)= 548,30 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 / (porcja 480g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 4,3 / (porcja 480g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 480g)= 11,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7 / (porcja 480g)= 60,40 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 480g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 480g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 / (porcja 480g)= 1,70 g Sód (100g)= 119,3 / (porcja 480g)= 568,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 / (porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 / (porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 / (porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 / (porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 / (porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 / (porcja 350g)= 7,80 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76 / (porcja 1100g)= 844,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1100g)= 44,10 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 1100g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 / (porcja 1100g)= 103,00 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 1100g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 / (porcja 1100g)= 25,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g)= 0,30 g Sód (100g)= 2,5 / (porcja 1100g)= 28,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 / (porcja 450g)= 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 450g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 / (porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 / (porcja 450g)= 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 450g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0 / (porcja 450g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,3 / (porcja 450g)= 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 / (porcja 520g)= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 / (porcja 520g)= 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 520g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 / (porcja 520g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 520g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 / (porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 520g)= 0,90 g Sód (100g)= 91,6 / (porcja 520g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,00 kcal Białko ogółem 105,60 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 264,90 g cukry suma 53,80 g Błonnik pokarmowy 38,60 g Sól 3,10 g Sód 1 142,00 mg	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota D03-Z ograniczeniem łatwo przyswajalności (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) rdzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78 / (porcja 520g)= 410,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 / (porcja 520g)= 23,40 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 520g)= 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 520g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 / (porcja 520g)= 37,60 g cukry suma (100g)= 1 / (porcja 520g)= 5,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 520g)= 8,00 g Sól (100g)= .5 / (porcja 520g)= 2,50 g Sód (100g)= 15,9 / (porcja 520g)= 83,80 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23,1 / (porcja 450g)= 105,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 450g)= 5,80 g Tłuszcz (100g)= .4 / (porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 / (porcja 450g)= 17,20 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 450g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0 / (porcja 450g)= 0,20 g Sód (100g)= 14 / (porcja 450g)= 63,40 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,8 / (porcja 1100g)= 919,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 / (porcja 1100g)= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 2,1 / (porcja 1100g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 / (porcja 1100g)= 125,60 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 / (porcja 1100g)= 24,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g)= 1,50 g Sód (100g)= 5,1 / (porcja 1100g)= 56,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87 / (porcja 520g)= 458,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 / (porcja 520g)= 21,70 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 520g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 / (porcja 520g)= 40,60 g cukry suma (100g)= 1 / (porcja 520g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 / (porcja 520g)= 9,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 520g)= 1,70 g Sód (100g)= 7 / (porcja 520g)= 36,90 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 / (porcja 120g)= 250,60 kcal Białko ogółem (100g)= 12,5 / (porcja 120g)= 15,10 g Tłuszcz (100g)= 8,7 / (porcja 120g)= 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 / (porcja 120g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,3 / (porcja 120g)= 23,30 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 120g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 / (porcja 120g)= 4,90 g Sól (100g)= 1,1 / (porcja 120g)= 1,30 g Sód (100g)= 2 / (porcja 120g)= 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 144,30 kcal Białko ogółem 106,60 g Tłuszcz 73,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,90 g Węglowodny przyswajalne 244,30 g cukry suma 37,70 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 7,20 g Sód 243,30 mg

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,9 / (porcja 535g) = 431,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 / (porcja 535g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 535g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 535g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 / (porcja 535g) = 42,30 g cukry suma (100g)= 2,3 / (porcja 535g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 535g) = 2,10 g Sól (100g)= .3 / (porcja 535g) = 1,60 g Sód (100g)= 14,5 / (porcja 535g) = 76,20 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL.) Kasza gryczana 250g A Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 / (porcja 1150g) = 1 039,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 / (porcja 1150g) = 48,20 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 1150g) = 34,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1150g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 1150g) = 126,60 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 1150g) = 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 / (porcja 1150g) = 21,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1150g) = 2,00 g Sód (100g)= 27 / (porcja 1150g) = 299,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 / (porcja 450g) = 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 450g) = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 / (porcja 450g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 450g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 / (porcja 450g) = 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 450g) = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 450g) = 1,60 g Sól (100g)= 0 / (porcja 450g) = 0,10 g Sód (100g)= 12,3 / (porcja 450g) = 55,80 mg	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 / (porcja 535g) = 477,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 535g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 4,8 / (porcja 535g) = 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 535g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 / (porcja 535g) = 44,30 g cukry suma (100g)= 2,2 / (porcja 535g) = 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 535g) = 3,60 g Sól (100g)= .4 / (porcja 535g) = 2,10 g Sód (100g)= 5,6 / (porcja 535g) = 29,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 072,70 kcal Białko ogółem 88,10 g Tłuszcz 79,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 235,40 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 5,80 g Sód 460,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,1 / (porcja 445g) = 468,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 / (porcja 445g) = 19,40 g Tłuszcz (100g)= 2,9 / (porcja 445g) = 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 / (porcja 445g) = 5,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3 / (porcja 445g) = 65,00 g cukry suma (100g)= 9,6 / (porcja 445g) = 43,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 445g) = 7,20 g Sól (100g)= .3 / (porcja 445g) = 1,50 g Sód (100g)= 101,4 / (porcja 445g) = 460,80 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL.) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,7 / (porcja 1150g) = 1 085,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 / (porcja 1150g) = 40,50 g Tłuszcz (100g)= 4,7 / (porcja 1150g) = 52,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1150g) = 4,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 1150g) = 99,70 g cukry suma (100g)= 1,3 / (porcja 1150g) = 13,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 / (porcja 1150g) = 23,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1150g) = 0,80 g Sód (100g)= 23,3 / (porcja 1150g) = 259,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,4 / (porcja 450g) = 88,20 kcal Białko ogółem (100g)= .2 / (porcja 450g) = 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 / (porcja 450g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 450g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 / (porcja 450g) = 18,90 g cukry suma (100g)= 1,1 / (porcja 450g) = 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 450g) = 2,90 g Sól (100g)= 0 / (porcja 450g) = g Sód (100g)= 1,7 / (porcja 450g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatkowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,1 / (porcja 510g) = 510,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 / (porcja 510g) = 22,80 g Tłuszcz (100g)= 4,1 / (porcja 510g) = 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 510g) = 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 / (porcja 510g) = 55,90 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 510g) = 7,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 510g) = 4,30 g Sól (100g)= .2 / (porcja 510g) = 1,00 g Sód (100g)= 92,2 / (porcja 510g) = 460,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 152,70 kcal Białko ogółem 83,70 g Tłuszcz 86,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g Węglowodny przyswajalne 239,50 g cukry suma 69,70 g Błonnik pokarmowy 37,70 g Sól 3,30 g Sód 1 188,50 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota We- Wegielnianska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,5/(porcja 545g)= 563,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6/(porcja 545g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 545g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2/(porcja 545g)= 12,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8/(porcja 545g)= 65,50 g cukry suma (100g)= 9,3/(porcja 545g)= 51,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 545g)= 9,10 g Sól (100g)= .2/(porcja 545g)= 1,00 g Sód (100g)= 68,3/(porcja 545g)= 379,60 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz warzywny 200g (GLU Psz) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,8/(porcja 1100g)= 875,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5/(porcja 1100g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 2,1/(porcja 1100g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1100g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7/(porcja 1100g)= 129,40 g cukry suma (100g)= 2,3/(porcja 1100g)= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4/(porcja 1100g)= 26,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,2/(porcja 1100g)= 35,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4/(porcja 450g)= 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3/(porcja 450g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4/(porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9/(porcja 450g)= 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6/(porcja 450g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4/(porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0/(porcja 450g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,3/(porcja 450g)= 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,3/(porcja 580g)= 602,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 580g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8/(porcja 580g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 580g)= 60,50 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 580g)= 6,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 580g)= 0,40 g Sód (100g)= 82/(porcja 580g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,40 kcal Białko ogółem 81,90 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 277,60 g cukry suma 99,00 g Błonnik pokarmowy 43,50 g Sól 2,90 g Sód 953,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota CIAZA COZA- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 550,70 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 60,80 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 0,80 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 907,30 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g Węglowodny przyswajalne 110,00 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 0,30 g Sód 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 22,20 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,30 kcal Białko ogółem 23,60 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,90 g Sód 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 127,70 kcal Białko ogółem 100,20 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 254,30 g cukry suma 49,40 g Błonnik pokarmowy 39,20 g Sól 2,10 g Sód 1 162,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota	CIĄZAC03-Ograniczenie ław.przys.węgl(Cukrzykowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Twarożek 120g A (MLE.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 484,30 kcal Białko ogółem 30,80 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 40,10 g cukry suma 8,20 g Błonnik pokarmowy 8,00 g Sól 1,50 g Sód 72,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 105,20 kcal Białko ogółem 5,80 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 17,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,20 g Sód 63,40 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 937,70 kcal Tłuszcz 20,40 g Białko ogółem 52,60 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 125,60 g cukry suma 18,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 1,60 g Sód 104,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 575,90 kcal Białko ogółem 42,40 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 2,10 g Sód 36,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 40g (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 250,60 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,30 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 353,70 kcal Białko ogółem 146,70 g Tłuszcz 72,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 253,50 g cukry suma 46,80 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 6,70 g Sód 278,90 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-09 sobota	LAKTACJA C02-Dieta laktostranna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 550,70 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 60,80 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 0,80 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 907,30 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g Węglowodny przyswajalne 110,00 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 0,30 g Sód 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 22,20 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 55,80 mg		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,30 kcal Białko ogółem 23,60 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,90 g Sód 482,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 127,70 kcal Białko ogółem 100,20 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 254,30 g cukry suma 49,40 g Błonnik pokarmowy 39,20 g Sól 2,10 g Sód 1 162,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-09 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-09 sobota	LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Szynta tostowa z kurcząt 60g (SOJ), Twarożek 120g A (MLE), rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 484,30 kcal <b>Białko ogółem</b> 30,80 g <b>Tłuszcz</b> 17,80 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 9,30 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 40,10 g <b>cukry suma</b> 8,20 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 8,00 g <b>Sól</b> 1,50 g <b>Sód</b> 72,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Mandarynka 100g Herbata bez cukru 250 ml <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 105,20 kcal <b>Białko ogółem</b> 5,80 g <b>Tłuszcz</b> 1,70 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 0,90 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 17,20 g <b>cukry suma</b> 6,80 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 1,60 g <b>Sól</b> 0,20 g <b>Sód</b> 63,40 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 937,70 kcal <b>Białko ogółem</b> 52,60 g <b>Tłuszcz</b> 20,40 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 3,20 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 125,60 g <b>cukry suma</b> 18,60 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 24,70 g <b>Sól</b> 1,60 g <b>Sód</b> 104,80 mg		Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR,) Syr naturalny 150g (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 557,00 kcal <b>Białko ogółem</b> 42,40 g <b>Tłuszcz</b> 19,70 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 4,60 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 47,20 g <b>cukry suma</b> 11,10 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 9,60 g <b>Sól</b> 2,10 g <b>Sód</b> 36,00 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Ser zółty 30g (MLE,) Ogórek 30g <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 250,60 kcal <b>Białko ogółem</b> 15,10 g <b>Tłuszcz</b> 10,40 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 7,50 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 23,30 g <b>cukry suma</b> 2,00 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 4,90 g <b>Sól</b> 1,30 g <b>Sód</b> 2,40 mg	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 334,80 kcal <b>Białko ogółem</b> 146,70 g <b>Tłuszcz</b> 70,00 g <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> 25,50 g <b>Węglowodny przyswajalne</b> 253,40 g <b>cukry suma</b> 46,70 g <b>Błonnik pokarmowy</b> 48,80 g <b>Sól</b> 6,70 g <b>Sód</b> 278,90 mg