

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela	D01- Podstawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /porcja 510g)= 70,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /porcja 510g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,5 /porcja 510g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 510g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /porcja 510g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 510g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 510g)= 10,50 g Sól (100g)= 3 /porcja 510g)= 1,60 g Sód (100g)= 71,4 /porcja 510g)= 356,80 mg		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 1120g)= 876,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1120g)= 39,70 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1120g)= 137,00 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1120g)= 25,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 30,50 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 1,60 g Sód (100g)= 7,3 /porcja 1120g)= 80,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrzyn naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 530g)= 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 0,1 /porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 530g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,9 /porcja 530g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,9 /porcja 530g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,8 /porcja 530g)= 9,70 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7 /porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= 2 /porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 211,90 kcal Białko ogółem 108,00 g Tłuszcz 71,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,90 g Węglowodny przyswajalne 281,20 g cukry suma 66,30 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 4,40 g Sód 908,90 mg	

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska  
dłup 29.04.2026.

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela	D02-Lawostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6 /porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= 1 /porcja 570g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /porcja 570g)= 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,2 /porcja 1120g)= 713,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 31,90 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g)= 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1120g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g)= 116,10 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1120g)= 14,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 7,1 /porcja 1120g)= 78,70 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skrzyn naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,7 /porcja 550g)= 153,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g)= 18,40 g Tłuszcz (100g)= 0,1 /porcja 550g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,3 /porcja 550g)= 18,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 550g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 550g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g)= 0,20 g Sód (100g)= 3 /porcja 550g)= 16,90 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7 /porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= 2 /porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 019,50 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 55,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,70 g Węglowodny przyswajalne 268,80 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 2,20 g Sód 1 184,70 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 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 623,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 53,10 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 1,50 g Sód 220,90 mg	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g Sód 3,20 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 571,80 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 81,70 g cukry suma 15,20 g Błonnik pokarmowy 20,00 g Sól 0,80 g Sód 62,70 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 163,60 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 26,50 g cukry suma 26,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 368,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 36,10 g cukry suma 6,40 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 777,80 kcal Białko ogółem 92,40 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,20 g Węglowodny przyswajalne 207,60 g cukry suma 70,40 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 3,20 g Sód 575,10 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela D05-Lawostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,4 /porcja 570g = 613,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /porcja 570g = 30,60 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 570g = 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 570g = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 /porcja 570g = 82,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g = 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 570g = 8,60 g Sól (100g)= .4 /porcja 570g = 2,00 g Sód (100g)= 31,2 /porcja 570g = 173,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 /porcja 350g = 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 /porcja 350g = 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 350g = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 350g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 /porcja 350g = 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 350g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /porcja 350g = 0,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g = 0,10 g Sód (100g)= 16,2 /porcja 350g = 55,80 mg	Koperkowa z zacierka 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68,7 /porcja 1000g = 687,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1000g = 29,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /porcja 1000g = 7,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1000g = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8 /porcja 1000g = 117,90 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 1000g = 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1000g = 23,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 1000g = 0,50 g Sód (100g)= 17,3 /porcja 1000g = 173,20 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 550g = 173,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g = 18,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 550g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,50 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 550g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 550g = 9,30 mg	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)= .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)= .8 /porcja 460g = 3,40 g Sól (100g)= .5 /porcja 460g = 2,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 460g = 7,80 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 967,70 kcal Białko ogółem 101,60 g Tłuszcz 35,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,30 g Węglowodny przyswajalne 298,70 g cukry suma 79,40 g Błonnik pokarmowy 37,50 g Sól 5,00 g Sód 419,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela 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,) Skyr naturalny 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g)= 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g)= 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] 2 086,10 kcal Białko ogółem 138,40 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 227,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela D12- Płynna wzmocniona	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,) Skyr naturalny 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g)= 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g)= 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)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(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	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		Wartość energetyczna[kcal] 2 079,80 kcal Białko ogółem 129,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 235,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122.6 /porcja 570g = 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /porcja 570g = 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 570g = 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 570g = 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 570g = 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g = 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 570g = 9,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g = 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /porcja 570g = 627,40 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	Koperkowa z zacierka 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokoly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,2 /porcja 1120g = 713,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g = 31,90 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g = 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g = 116,10 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1120g = 14,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g = 21,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,20 g Sód (100g)= 7,1 /porcja 1120g = 78,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 550g = 173,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g = 18,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 550g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,50 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 550g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 550g = 9,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) 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)= 103,7 /porcja 460g = 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 460g = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 460g = 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g = 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g = 4,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 460g = 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 138,40 kcal Białko ogółem 101,50 g Tłuszcz 56,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 291,80 g cukry suma 68,20 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 2,30 g Sód 1 184,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgl(Cukrzykowa)	Pieczewo żytnio-pszennno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 /porcja 510g = 465,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 510g = 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g = 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /porcja 510g = 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 510g = 37,00 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 510g = 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 510g = 8,40 g Sól (100g)= 4 /porcja 510g = 2,00 g Sód (100g)= 4,8 /porcja 510g = 24,00 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,5 /porcja 530g = 144,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g = 18,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 530g = 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 530g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3 /porcja 530g = 15,70 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 530g = 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 530g = 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 530g = 0,20 g Sód (100g)= 3,3 /porcja 530g = 17,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,1 /porcja 1120g = 857,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1120g = 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 1120g = 132,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1120g = 30,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 1,60 g Sód (100g)= 8 /porcja 1120g = 88,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 550g = 173,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g = 18,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 550g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,50 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 550g = 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 550g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 550g = 9,30 mg	Pieczewo żytnio-pszennno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,5 /porcja 460g = 384,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 460g = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 460g = 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 /porcja 460g = 35,00 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 460g = 2,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 460g = 7,20 g Sól (100g)= .4 /porcja 460g = 1,90 g Sód (100g)= 3,6 /porcja 460g = 16,30 mg	Pieczewo żytnio-pszennno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138,2 /porcja 130g = 179,40 kcal Białko ogółem (100g)= 8,9 /porcja 130g = 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 130g = 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 130g = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,9 /porcja 130g = 23,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 130g = 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 130g = 4,90 g Sól (100g)= 1,2 /porcja 130g = 1,50 g Sód (100g)= 1,8 /porcja 130g = 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 031,10 kcal Białko ogółem 108,80 g Tłuszcz 66,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 242,90 g cukry suma 45,20 g Błonnik pokarmowy 52,90 g Sól 7,20 g Sód 148,40 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 525g)= 484,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 525g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 525g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 525g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 525g)= 41,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 525g)= 11,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 525g)= 2,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 3.1 /(porcja 525g)= 16,30 mg</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutenu (SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /(porcja 1220g)= 1 031,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 1220g)= 41,20 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 1220g)= 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1220g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /(porcja 1220g)= 155,20 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1220g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1220g)= 35,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 1,60 g Sód (100g)= 8.9 /(porcja 1220g)= 110,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31.2 /(porcja 530g)= 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 530g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.9 /(porcja 530g)= 20,70 g cukry suma (100g)= 3.9 /(porcja 530g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 1.8 /(porcja 530g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /(porcja 475g)= 406,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 475g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 475g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 475g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /(porcja 475g)= 38,80 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 475g)= 9,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,40 g Sód (100g)= 1.8 /(porcja 475g)= 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 086,10 kcal Białko ogółem 88,40 g Tłuszcz 77,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 255,90 g cukry suma 66,50 g Błonnik pokarmowy 40,80 g Sól 5,30 g Sód 145,60 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela ML- Bezmielczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 575g)= 541,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 575g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 575g)= 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 575g)= 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 575g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 575g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 575g)= 7,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 575g)= 1,50 g Sód (100g)= 79.6 /(porcja 575g)= 468,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.8 /(porcja 1120g)= 741,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 1120g)= 31,10 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 1120g)= 112,10 g cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,30 g Sód (100g)= 10.7 /(porcja 1120g)= 118,60 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 15.2 /(porcja 450g)= 68,90 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)= 3.1 /(porcja 450g)= 14,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 450g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= g Sód (100g)= 3.4 /(porcja 450g)= 15,40 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g 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)= 103.1 /(porcja 460g)= 468,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 460g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 460g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101.4 /(porcja 460g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 820,50 kcal Białko ogółem 67,80 g Tłuszcz 56,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 247,10 g cukry suma 34,50 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 2,80 g Sód 1 063,20 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela We- Wegetariańska	<p>Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /(porcja 510g) = 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 510g) = 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,5 /(porcja 510g) = 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 510g) = 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /(porcja 510g) = 67,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 510g) = 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /(porcja 510g) = 10,50 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 510g) = 1,60 g Sód (100g)= 71,4 /(porcja 510g) = 356,80 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Ziemniaki 200g a Gulasz warzywny z brokulami i soczewicą 200g (GLU Psz) Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,8 /(porcja 1100g) = 742,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 1100g) = 17,20 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /(porcja 1100g) = 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,1 /(porcja 1100g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /(porcja 1100g) = 129,10 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1100g) = 27,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /(porcja 1100g) = 23,10 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1100g) = 2,40 g Sód (100g)= 39,6 /(porcja 1100g) = 439,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /(porcja 530g) = 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 530g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= ,1 /(porcja 530g) = 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 530g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,9 /(porcja 530g) = 20,70 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 530g) = 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,4 /(porcja 530g) = 1,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 530g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,8 /(porcja 530g) = 9,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasztet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135,4 /(porcja 510g) = 676,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 510g) = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 8,1 /(porcja 510g) = 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 510g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 510g) = 59,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 510g) = 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 510g) = 6,60 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 510g) = 1,90 g Sód (100g)= 92,3 /(porcja 510g) = 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 283,60 kcal Białko ogółem 83,60 g Tłuszcz 87,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,40 g Węglowodny przyswajalne 277,50 g cukry suma 69,30 g Błonnik pokarmowy 42,10 g Sól 6,10 g Sód 1 267,90 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 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela CHZA CO2A- Dieta Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 705,30 kcal Białko ogółem 34,30 g Tłuszcz 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 100,20 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 15,80 g Sól 3,20 g Sód 1 220,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 173,10 kcal Białko ogółem 18,40 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 1,50 g Sól 0,20 g Sód 9,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 030,60 kcal Białko ogółem 100,60 g Tłuszcz 59,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,40 g Węglowodny przyswajalne 257,90 g cukry suma 60,50 g Błonnik pokarmowy 31,10 g Sól 5,20 g Sód 2 318,60 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 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela CIAŻA C03-Ograniczenie ław.przys. węgiel(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE), Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ), Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 584,80 kcal Białko ogółem 34,40 g Tłuszcz 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalne 37,50 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE), Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 144,90 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 15,70 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 0,20 g Sód 17,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL), Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 946,50 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 132,00 g cukry suma 20,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 1,60 g Sód 88,40 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Twarożek 120g A (MLE), Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 40,00 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g Sód 68,80 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Kiełbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,90 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 405,40 kcal Białko ogółem 145,40 g Tłuszcz 88,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,10 g Węglowodny przyswajalne 249,40 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 53,30 g Sól 7,70 g Sód 198,40 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela LAKTACJA C02-Dieta ławostrama	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek naturalny 120g A (MLE), Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL), Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 713,40 kcal Białko ogółem 31,90 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 116,10 g cukry suma 14,60 g Błonnik pokarmowy 21,70 g Sól 0,20 g Sód 78,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE), Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 173,10 kcal Białko ogółem 18,40 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 1,50 g Sól 0,20 g Sód 9,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 038,70 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 55,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,70 g Węglowodny przyswajalne 273,80 g cukry suma 63,20 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 2,20 g Sód 1 177,10 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-10 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-10 niedziela LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 584,80 kcal Białko ogółem 34,40 g Tłuszcz 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalny 37,50 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 144,90 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalny 15,70 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 0,20 g Sód 17,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 946,50 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalny 132,00 g cukry suma 20,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 1,60 g Sód 88,40 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Twarożek 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalny 40,00 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g Sód 68,80 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalny 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,90 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2405,40 kcal Białko ogółem 145,40 g Tłuszcz 88,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,10 g Węglowodny przyswajalny 249,40 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 53,30 g Sól 7,70 g Sód 198,40 mg