

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek D01-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,7 /porcja 500g = 568,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 4,7 /porcja 500g = 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 500g = 57,90 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 500g = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 500g = 6,10 g Sól (100g)= ,2 /porcja 500g = 1,20 g Sód (100g)= 103,6 /porcja 500g = 517,90 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kotlet mielony smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a Marchew z groszkiem 150g A (GLU Psz, MLE.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,5 /porcja 1000g = 755,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1000g = 32,90 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1000g = 14,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /porcja 1000g = 5,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /porcja 1000g = 114,80 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1000g = 24,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1000g = 18,40 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1000g = 0,60 g Sód (100g)= 26,2 /porcja 1000g = 261,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= ,3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,1 /porcja 551g = 550,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 551g = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 551g = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 551g = 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 551g = 66,10 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 551g = 17,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 551g = 7,10 g Sól (100g)= ,1 /porcja 551g = 0,70 g Sód (100g)= 169,6 /porcja 551g = 942,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 016,20 kcal Białko ogółem 87,90 g Tłuszcz 60,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,90 g Węglowodny przyswajalne 264,10 g cukry suma 73,10 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 2,70 g Sód 1 780,80 mg	

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

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

07.05.26r. *Magdalena Kwiatkowska*

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek D02-Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,7 /porcja 500g = 568,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 4,7 /porcja 500g = 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 500g = 57,90 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 500g = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 500g = 6,10 g Sól (100g)= ,2 /porcja 500g = 1,20 g Sód (100g)= 103,6 /porcja 500g = 517,90 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66 /porcja 1120g = 733,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1120g = 31,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g = 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 1120g = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 1120g = 118,80 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1120g = 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 1120g = 12,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,40 g Sód (100g)= 6,6 /porcja 1120g = 73,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= ,3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,1 /porcja 551g = 550,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 551g = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 551g = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 551g = 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 551g = 66,10 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 551g = 17,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 551g = 7,10 g Sól (100g)= ,1 /porcja 551g = 0,70 g Sód (100g)= 169,6 /porcja 551g = 942,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,50 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 57,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 27,60 g Sól 2,50 g Sód 1 592,60 mg	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, SOJ, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 491,60 kcal Białko ogółem 22,80 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 43,20 g cukry suma 9,60 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 1,10 g Sód 382,00 mg	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 119,60 kcal Białko ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g Sód 7,80 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kotlet mielony smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Ziemiaki 100g Marchew z groszkiem duszona 100g (GLU Psz, MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 616,60 kcal Białko ogółem 27,90 g Tłuszcz 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,50 g Węglowodny przyswajalne 88,40 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 15,30 g Sól 0,50 g Sód 231,60 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 161,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 30,30 g cukry suma 26,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 465,90 kcal Białko ogółem 20,10 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,50 g Sód 375,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 855,10 kcal Białko ogółem 80,30 g Tłuszcz 59,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 235,00 g cukry suma 83,30 g Błonnik pokarmowy 27,40 g Sól 2,40 g Sód 1 055,50 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek D05-Lawostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8/(porcja 460g)= 462,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1/(porcja 460g)= 23,00 g Tłuszcz (100g)= 2,3/(porcja 460g)= 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8/(porcja 460g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6/(porcja 460g)= 61,70 g cukry suma (100g)= 2,2/(porcja 460g)= 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8/(porcja 460g)= 3,50 g Sól (100g)= 0,4/(porcja 460g)= 1,80 g Sód (100g)= 11/(porcja 460g)= 50,00 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)= 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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Ziemiaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,1/(porcja 1000g)= 690,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1/(porcja 1000g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 0,8/(porcja 1000g)= 8,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(porcja 1000g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6/(porcja 1000g)= 116,10 g cukry suma (100g)= 2,3/(porcja 1000g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2/(porcja 1000g)= 11,70 g Sól (100g)= 0/(porcja 1000g)= 0,40 g Sód (100g)= 7,2/(porcja 1000g)= 71,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jablko 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 126,4/(porcja 361g)= 451,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,3/(porcja 361g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,2/(porcja 361g)= 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3/(porcja 361g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,8/(porcja 361g)= 63,40 g cukry suma (100g)= 3,4/(porcja 361g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2/(porcja 361g)= 4,20 g Sól (100g)= 0,5/(porcja 361g)= 1,80 g Sód (100g)= 28,7/(porcja 361g)= 102,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 851,60 kcal Białko ogółem 85,10 g Tłuszcz 33,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,90 g Węglowodny przyswajalne 286,80 g cukry suma 74,50 g Błonnik pokarmowy 21,10 g Sól 4,20 g Sód 289,00 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek	D11- Papkowała	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	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,1 /(porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16,7 /(porcja 600g)= 98,30 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] 2 060,10 kcal Białko ogółem 125,60 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 231,70 g cukry suma 24,50 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 0,80 g Sód 313,30 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 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek	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.) jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,1 /(porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16,7 /(porcja 600g)= 98,30 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)= 41,00 /(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] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 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 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek D07- Bogatobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,7 /porcja 500g)= 568,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 4,7 /porcja 500g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 500g)= 57,90 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 500g)= 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 500g)= 6,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sód (100g)= 103,6 /porcja 500g)= 517,90 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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66 /porcja 1120g)= 733,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 31,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 1120g)= 118,80 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1120g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 12,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,40 g Sód (100g)= 6,6 /porcja 1120g)= 73,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g)= 59,00 mg	chleb żytnio-pszenenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,6 /porcja 750g)= 704,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 750g)= 32,10 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 750g)= 32,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 750g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 750g)= 69,30 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 750g)= 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 750g)= 7,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 750g)= 0,80 g Sód (100g)= 127,1 /porcja 750g)= 977,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 248,40 kcal Białko ogółem 98,40 g Tłuszcz 70,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 289,30 g cukry suma 81,00 g Błonnik pokarmowy 27,60 g Sól 2,70 g Sód 1 635,60 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 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek D03- Z ograniczeniem ilości przys.węgl(Cukrzycowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,7 /porcja 470g)= 417,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 470g)= 19,20 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 470g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 470g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /porcja 470g)= 35,70 g cukry suma (100g)= .5 /porcja 470g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 470g)= 4,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 470g)= 1,00 g Sód (100g)= 73 /porcja 470g)= 347,40 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4 /porcja 500g)= 122,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g)= 6,30 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,1 /porcja 500g)= 20,40 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 500g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 13,3 /porcja 500g)= 66,60 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,3 /porcja 1120g)= 714,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 31,40 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 1120g)= 113,80 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 12,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 7,3 /porcja 1120g)= 81,10 mg		Pieczony żytnio-pszenno-razowy 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,4 /porcja 551g)= 463,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 551g)= 21,30 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 551g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 551g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 551g)= 45,40 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 551g)= 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 551g)= 10,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 551g)= 1,60 g Sód (100g)= 89,4 /porcja 551g)= 496,90 mg	Pieczony żytnio-pszenno-razowy 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatosa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179,2 /porcja 140g)= 252,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7,4 /porcja 140g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 8,2 /porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,2 /porcja 140g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,9 /porcja 140g)= 23,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 140g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 /porcja 140g)= 4,90 g Sól (100g)= .9 /porcja 140g)= 1,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 140g)= 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 970,00 kcal Białko ogółem 88,60 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 239,20 g cukry suma 52,30 g Błonnik pokarmowy 34,00 g Sól 4,50 g Sód 994,40 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 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,3 /(porcja 505g)= 441,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /(porcja 505g)= 13,30 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /(porcja 505g)= 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 505g))= 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 /(porcja 505g)= 38,70 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 505g)= 9,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,40 g Sód (100g)= 1,7 /(porcja 505g)= 8,70 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona bezglutenowa 100g (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 63 /(porcja 1220g)= 787,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 1220g)= 38,40 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /(porcja 1220g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 /(porcja 1220g)= 120,30 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 1220g)= 27,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 1220g)= 21,80 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 0,70 g Sód (100g)= 16,7 /(porcja 1220g)= 208,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /(porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /(porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /(porcja 500g)= 59,00 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,7 /(porcja 566g)= 481,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /(porcja 566g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /(porcja 566g)= 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 566g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /(porcja 566g)= 49,60 g cukry suma (100g)= 3,5 /(porcja 566g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 566g)= 4,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 566g)= 1,60 g Sód (100g)= 88,1 /(porcja 566g)= 489,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 851,70 kcal Białko ogółem 73,10 g Tłuszcz 64,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 233,90 g cukry suma 76,60 g Błonnik pokarmowy 29,40 g Sól 3,90 g Sód 765,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek ML- Bezmleczna	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,2 /(porcja 500g)= 511,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 500g)= 21,80 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 500g)= 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 500g)= 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /(porcja 500g)= 55,40 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 500g)= 7,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 500g)= 6,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 500g)= 1,10 g Sód (100g)= 95 /(porcja 500g)= 474,80 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml bezmleczny A (GLU Psz, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 200g a marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 55,3 /(porcja 1120g)= 614,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 1120g)= 26,60 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 1120g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /(porcja 1120g)= 82,50 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 1120g)= 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 1120g)= 16,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,00 g Sód (100g)= 35,2 /(porcja 1120g)= 390,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /(porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /(porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /(porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /(porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,8 /(porcja 400g)= 11,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Rukola 10g Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,8 /(porcja 635g)= 498,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 /(porcja 635g)= 13,30 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 635g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 635g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /(porcja 635g)= 69,70 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 635g)= 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /(porcja 635g)= 9,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 635g)= 1,60 g Sód (100g)= 135,5 /(porcja 635g)= 846,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 695,50 kcal Białko ogółem 62,70 g Tłuszcz 54,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 222,70 g cukry suma 59,00 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 3,70 g Sód 1 723,50 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek We- Wegetariańska	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 119.6 /porcja 535g = 629,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 535g = 21,70 g Tłuszcz (100g)= 5.7 /porcja 535g = 30,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /porcja 535g = 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /porcja 535g = 65,30 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 535g = 14,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /porcja 535g = 8,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 535g = 2,20 g Sód (100g)= 98.4 /porcja 535g = 517,90 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba gotowana w jarzynach - 150g (RYB.) Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Ziemniaki 200g a herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /porcja 1050g = 829,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /porcja 1050g = 52,40 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 1050g = 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1050g = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /porcja 1050g = 108,90 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 1050g = 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 1050g = 11,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1050g = 0,60 g Sód (100g)= 13.7 /porcja 1050g = 136,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4.2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11.8 /porcja 500g = 59,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.1 /porcja 551g = 550,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 551g = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 551g = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /porcja 551g = 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /porcja 551g = 66,10 g cukry suma (100g)= 3.2 /porcja 551g = 17,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 551g = 7,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 551g = 0,70 g Sód (100g)= 169.6 /porcja 551g = 942,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 151,20 kcal Białko ogółem 103,60 g Tłuszcz 81,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 265,60 g cukry suma 75,70 g Błonnik pokarmowy 28,70 g Sól 3,70 g Sód 1 655,90 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek CIAŻA C02A- Dieta Laktostawna	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szynga tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 568,70 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 10,20 g Błonnik pokarmowy 6,10 g Sól 1,20 g Sód 517,90 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 733,70 kcal Białko ogółem 31,30 g Tłuszcz 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 118,80 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 12,10 g Sól 0,40 g Sód 73,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 550,70 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 66,10 g cukry suma 17,50 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 0,70 g Sód 942,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 994,50 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 57,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 27,60 g Sól 2,50 g Sód 1 592,60 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek CIĄŻACÓŚ-Ograniczenie łatw.przys. węgl(Cukrzykowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Ser żółty 60g A (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 597,10 kcal Białko ogółem 34,80 g Tłuszcz 33,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 36,50 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,80 g Sód 346,50 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 841,80 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 10,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 134,80 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 19,10 g Sól 0,60 g Sód 117,90 mg		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 556,70 kcal Białko ogółem 39,20 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 51,50 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 10,00 g Sól 1,70 g Sód 496,00 mg	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOŃ.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 202,80 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,50 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,60 kcal Białko ogółem 135,40 g Tłuszcz 70,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalne 267,50 g cukry suma 58,50 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 5,80 g Sód 1 029,40 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek LAKTACJA CO2-Dieta łatwostroma	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenno 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 568,70 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 10,20 g Błonnik pokarmowy 6,10 g Sól 1,20 g Sód 517,90 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 733,70 kcal Białko ogółem 31,30 g Tłuszcz 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 118,80 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 12,10 g Sól 0,40 g Sód 73,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg		chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 550,70 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 66,10 g cukry suma 17,50 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 0,70 g Sód 942,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,50 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 57,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 27,60 g Sól 2,50 g Sód 1 592,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-12 wtorek	LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyjściem węgla(Culizyca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Szytnia tostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 597,10 kcal Białko ogółem 34,80 g Tłuszcz 33,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalny 36,50 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,80 g Sód 346,50 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalny 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 841,80 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 10,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalny 134,80 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 19,10 g Sól 0,60 g Sód 117,90 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Skyr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 556,70 kcal Białko ogółem 39,20 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalny 51,50 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 10,00 g Sól 1,70 g Sód 496,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Golonkowa delikatkowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 202,80 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalny 24,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,50 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,60 kcal Białko ogółem 135,40 g Tłuszcz 70,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalny 267,50 g cukry suma 58,50 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 5,80 g Sód 1 029,40 mg