

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek DD-1-Podstawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennie-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ.) Golonkowa delikatesow a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,8 /porcja 540g )= 451,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 540g )= 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 540g )= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 540g )= 7,90 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 540g )= 51,50 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 540g )= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 540g )= 6,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 540g )= 1,10 g Sód (100g)= 54,7 /porcja 540g )= 288,10 mg		Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Szałwia z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,1 /porcja 1120g )= 878,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1120g )= 33,60 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /porcja 1120g )= 39,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1120g )= 5,60 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 1120g )= 105,00 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 1120g )= 36,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 1120g )= 13,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g )= 1,90 g Sód (100g)= 20,9 /porcja 1120g )= 231,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Syr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g )= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g )= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g )= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g )= g Weglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g )= 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g )= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g )= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g )= g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g )= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,8 /porcja 680g )= 545,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 680g )= 24,00 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 680g )= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 680g )= 10,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 680g )= 70,00 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 680g )= 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 680g )= 6,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 680g )= 0,60 g Sód (100g)= 77,3 /porcja 680g )= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 019,30 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 73,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Weglowodny przyswajalne 248,00 g cukry suma 90,80 g Błonnik pokarmowy 26,30 g Sól 3,60 g Sód 1 042,80 mg	

08.05.26. dupep  
STARSZY DIETETYK  
mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek DD-2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ.) Golonkowa delikatesow a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,4 /porcja 540g )= 480,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 540g )= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 540g )= 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 540g )= 8,00 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 540g )= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 540g )= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 540g )= 5,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 540g )= 0,80 g Sód (100g)= 89,2 /porcja 540g )= 469,30 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1120g )= 877,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1120g )= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 1120g )= 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1120g )= 5,30 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1120g )= 99,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g )= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g )= 21,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g )= 0,90 g Sód (100g)= 27,3 /porcja 1120g )= 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Syr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g )= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g )= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g )= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g )= g Weglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g )= 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g )= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g )= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g )= g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g )= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,8 /porcja 680g )= 545,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 680g )= 24,00 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 680g )= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 680g )= 10,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 680g )= 70,00 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 680g )= 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 680g )= 6,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 680g )= 0,60 g Sód (100g)= 77,3 /porcja 680g )= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 046,90 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Weglowodny przyswajalne 249,30 g cukry suma 73,10 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 2,30 g Sód 1 295,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek DZIECI P01B-Dieta Podstawowa Dziecięca	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ.) Golonkowa delikatowa z z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 374,40 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 36,80 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 5,20 g Sól 1,00 g Sód 152,20 mg</p>	<p>Jabłko 130g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 88,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 19,60 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kieł rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 100g Sałatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 594,30 kcal Białko ogółem 16,20 g Tłuszcz 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 83,50 g cukry suma 31,40 g Błonnik pokarmowy 12,20 g Sól 1,10 g Sód 106,10 mg</p>	<p>Herbata owocowa z cukrem 250ml Syr 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</p>	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,40 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 50,40 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 0,40 g Sód 333,90 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 662,80 kcal Białko ogółem 69,00 g Tłuszcz 53,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,80 g Węglowodny przyswajalne 216,80 g cukry suma 108,10 g Błonnik pokarmowy 23,90 g Sól 2,50 g Sód 609,70 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 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek D06-La-wosławitawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatowa z z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,3 /porcja 510g = 376,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 510g = 18,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 510g = 5,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 510g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /porcja 510g = 62,40 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 510g = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 510g = 4,60 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 510g = 2,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 510g = 15,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,3 /porcja 400g = 77,10 kcal Białko ogółem (100g)= 0,1 /porcja 400g = 0,40 g Tłuszcz (100g)= 0,1 /porcja 400g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,3 /porcja 400g = 17,40 g cukry suma (100g)= 4,3 /porcja 400g = 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,4 /porcja 400g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 2,3 /porcja 400g = 9,30 mg</p>	<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,9 /porcja 1100g = 976,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 1100g = 45,10 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1100g = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1100g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /porcja 1100g = 149,00 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 1100g = 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,3 /porcja 1100g = 37,00 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1100g = 0,70 g Sód (100g)= 17,4 /porcja 1100g = 193,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Syr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg</p>	<p>Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,6 /porcja 680g = 477,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 680g = 24,00 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 680g = 8,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 /porcja 680g = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 680g = 73,90 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 680g = 22,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 680g = 5,40 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 680g = 1,80 g Sód (100g)= 9,2 /porcja 680g = 61,20 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 051,10 kcal Białko ogółem 102,30 g Tłuszcz 35,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g Węglowodny przyswajalne 324,20 g cukry suma 93,10 g Błonnik pokarmowy 48,50 g Sól 4,70 g Sód 287,10 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 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-15 piątek D11- Pajkielata	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	Skyr owocowy 150g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 650g )= 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 650g )= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 650g )= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 650g )= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 650g )= 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g )= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 650g )= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 650g )= 0,10 g Sód (100g)= 7,6 /porcja 650g )= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Pajka (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] 2 113,10 kcal Białko ogółem 134,80 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 238,00 g cukry suma 34,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,60 g Sód 265,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-15 piątek 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	Skyr owocowy 150g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 650g )= 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 650g )= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 650g )= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 650g )= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 650g )= 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g )= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 650g )= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 650g )= 0,10 g Sód (100g)= 7,6 /porcja 650g )= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Pajka (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] 2 168,40 kcal Białko ogółem 134,60 g Tłuszcz 68,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 244,00 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,50 g Sód 242,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek D07-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JA.) Golonkowa delikatesow a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.5 /porcja 490g = 507,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 490g = 20,10 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 490g = 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 490g = 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 490g = 55,40 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 490g = 7,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g = 4,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 490g = 0,80 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g = 461,70 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1120g = 877,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1120g = 40,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 1120g = 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /porcja 1120g = 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1120g = 99,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g = 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g = 21,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 0,90 g Sód (100g)= 27,3 /porcja 1120g = 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skryr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Rukola 10g(0 porcje) Por Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,7 /porcja 680g = 538,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 680g = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 680g = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 680g = 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /porcja 680g = 69,60 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 680g = 22,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 9 /porcja 680g = 6,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 680g = 0,70 g Sód (100g)= 82,7 /porcja 680g = 551,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 157,40 kcal Białko ogółem 103,80 g Tłuszcz 76,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 261,30 g cukry suma 82,30 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sól 2,50 g Sód 1 379,50 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 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek D08Z ograniczeniem białko iżys.węgl(Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JA.) Golonkowa delikatesow a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,6 /porcja 540g = 393,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 540g = 19,00 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 540g = 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 540g = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,1 /porcja 540g = 37,50 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 540g = 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 540g = 8,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g = 1,70 g Sód (100g)= 4,6 /porcja 540g = 24,00 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skryr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4 /porcja 400g = 97,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 400g = 18,10 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= .1 /porcja 400g = 0,20 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 400g = 15,40 mg	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałata z czerwoną kapustą 150g (JA, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,2 /porcja 1120g = 846,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1120g = 33,70 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /porcja 1120g = 39,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /porcja 1120g = 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /porcja 1120g = 96,50 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 1120g = 31,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 1120g = 13,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g = 1,90 g Sód (100g)= 21,6 /porcja 1120g = 239,40 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68,7 /porcja 680g = 457,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 680g = 22,00 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 680g = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 680g = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 680g = 49,30 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 680g = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 680g = 9,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 680g = 1,40 g Sód (100g)= 10,5 /porcja 680g = 69,70 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208,3 /porcja 120g = 251,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,6 /porcja 120g = 15,20 g Tłuszcz (100g)= 8,7 /porcja 120g = 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 /porcja 120g = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,2 /porcja 120g = 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 120g = 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,4 /porcja 120g = 5,30 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 120g = 1,30 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 120g = 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 046,20 kcal Białko ogółem 108,00 g Tłuszcz 83,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,20 g Węglowodny przyswajalne 212,60 g cukry suma 63,20 g Błonnik pokarmowy 36,40 g Sól 6,50 g Sód 350,60 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 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 palek Gl- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE, JAJ.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szynka kostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,6 /porcja 555g = 414,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 555g = 14,10 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 555g = 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 555g = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /porcja 555g = 41,50 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 555g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 555g = 2,40 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 555g = 1,40 g Sód (100g)= 2,9 /porcja 555g = 16,30 mg</p>		<p>Ogórkowa z ziemniakami bezglutenowa 300ml A (MLE, SEL, Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 bezmleczny, bezglutenowy Ziemniaki 300g A Salażka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,3 /porcja 1220g = 940,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1220g = 49,40 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 1220g = 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1220g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1220g = 153,50 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 1220g = 32,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1220g = 34,60 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1220g = 2,20 g Sód (100g)= 25,6 /porcja 1220g = 320,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE, Twarożek 120g A (MLE, Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,7 /porcja 695g = 476,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,2 /porcja 695g = 15,90 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 695g = 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 695g = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /porcja 695g = 53,60 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 695g = 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5 /porcja 695g = 3,30 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 695g = 1,50 g Sód (100g)= 8,7 /porcja 695g = 62,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 975,20 kcal Białko ogółem 93,90 g Tłuszcz 56,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,40 g Węglowodny przyswajalne 270,10 g cukry suma 89,90 g Błonnik pokarmowy 40,30 g Sól 5,10 g Sód 406,40 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 palek Mle-Bez mleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Golonkowa delikatosa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salaż z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /porcja 490g = 485,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 490g = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /porcja 490g = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /porcja 490g = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 490g = 55,30 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 490g = 7,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 490g = 4,30 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 490g = 0,80 g Sód (100g)= 92,2 /porcja 490g = 460,80 mg</p>		<p>Krupnik 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL, Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 bezmleczny, bezglutenowy Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,8 /porcja 1220g = 960,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1220g = 43,30 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1220g = 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1220g = 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /porcja 1220g = 143,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1220g = 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /porcja 1220g = 35,70 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1220g = 0,70 g Sód (100g)= 18,9 /porcja 1220g = 236,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /porcja 400g = 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= 0,3 /porcja 400g = 1,00 g Tłuszcz (100g)= 0,1 /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)= 0,5 /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 rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,6 /porcja 635g = 497,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,2 /porcja 635g = 13,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 635g = 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 635g = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /porcja 635g = 73,20 g cukry suma (100g)= 3,5 /porcja 635g = 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 635g = 8,60 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 635g = 1,60 g Sód (100g)= 73,7 /porcja 635g = 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 015,10 kcal Białko ogółem 77,90 g Tłuszcz 59,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 266,90 g cukry suma 63,30 g Błonnik pokarmowy 50,70 g Sól 3,10 g Sód 1169,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek We-Wegetariańska	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Młód porcjowany 1szt+25g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 32.3 /porcja 575g = 542,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 575g = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /porcja 575g = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 575g = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 575g = 70,60 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 575g = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 575g = 6,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 575g = 0,70 g Sód (100g)= 49.3 /porcja 575g = 289,90 mg</p>		<p>Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałatka z czernonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.1 /porcja 1120g = 878,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1120g = 33,60 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /porcja 1120g = 39,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1120g = 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 1120g = 105,00 g cukry suma (100g)= 3.3 /porcja 1120g = 36,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 1120g = 13,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g = 1,90 g Sód (100g)= 20.9 /porcja 1120g = 231,80 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1.9 /porcja 400g = 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.8 /porcja 680g = 545,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 680g = 24,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 680g = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 680g = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /porcja 680g = 70,00 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 680g = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 680g = 6,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 680g = 0,60 g Sód (100g)= 77.3 /porcja 680g = 515,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 110,70 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 75,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,30 g Węglowodny przyswajalne 267,10 g cukry suma 91,30 g Błonnik pokarmowy 26,30 g Sól 3,20 g Sód 1 044,60 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 11 z 15

Formularz: Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-05-08 13:21:34

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek CIĄZA C02A- Dieta Lavostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńka łosiowa z kurczak 40g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 483,60 kcal Białko ogółem 22,10 g Tłuszcz 15,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,90 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 0,40 g Sód 469,30 mg</p>		<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,20 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,30 g Węglowodny przyswajalne 99,60 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 0,90 g Sód 303,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,20 kcal Białko ogółem 24,00 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 22,50 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 0,60 g Sód 515,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 049,70 kcal Białko ogółem 101,20 g Tłuszcz 68,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 249,00 g cukry suma 73,30 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 1,90 g Sód 1 295,30 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 12 z 15

Formularz: Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-05-08 13:21:34

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-15 piątek CIAŻACÓ3-Ograniczenie tłuszczu, przys. węglowod. Ciężkożywna	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g (JA, J.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA, J.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 476,20 kcal Białko ogółem 27,20 g Tłuszcz 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 38,30 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 1,90 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 150g A (RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JA, J, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 798,28 kcal Białko ogółem 43,10 g Tłuszcz 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 96,50 g cukry suma 31,90 g Błonnik pokarmowy 13,50 g Sól 1,90 g Sód 259,70 mg			Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 561,00 kcal Białko ogółem 37,10 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,40 g Węglowodny przyswajalne 50,00 g cukry suma 18,00 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 2,30 g Sód 104,90 mg	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SO, J.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2140,20 kcal Białko ogółem 140,50 g Tłuszcz 78,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,50 g Węglowodny przyswajalne 214,80 g cukry suma 63,60 g Błonnik pokarmowy 36,40 g Sól 7,20 g Sód 405,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-15 piątek LAKTACJA C02-Dieta laktostanna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JA, J.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 480,80 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 9,80 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 0,80 g Sód 469,30 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,20 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,30 g Węglowodny przyswajalne 99,60 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 0,90 g Sód 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skry owocowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,20 kcal Białko ogółem 24,00 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 22,50 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 0,60 g Sód 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2046,90 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 249,30 g cukry suma 73,10 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 2,30 g Sód 1295,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-15 piątek LAKTACJA/Ci3-D, z ograniczonym przyjaznym węglowodanem (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Gotonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 457,30 kcal Białko ogółem 27,10 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 38,20 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 1,90 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 150g A (RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 798,20 kcal Białko ogółem 43,10 g Tłuszcz 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 96,50 g cukry suma 31,90 g Błonnik pokarmowy 13,50 g Sól 1,90 g Sód 259,70 mg			Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 561,00 kcal Białko ogółem 37,10 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,40 g Węglowodny przyswajalne 50,00 g cukry suma 18,00 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 2,30 g Sód 104,90 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szyunka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2121,30 kcal Białko ogółem 140,40 g Tłuszcz 76,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 214,70 g cukry suma 63,60 g Błonnik pokarmowy 36,40 g Sól 7,20 g Sód 405,20 mg