

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek D01-Podstawowa	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,5 / (porcja 520g) = 476,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 / (porcja 520g) = 28,10 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 520g) = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 520g) = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 / (porcja 520g) = 54,60 g cukry suma (100g)= 2,7 / (porcja 520g) = 14,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 520g) = 6,40 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 520g) = 0,80 g Sód (100g)= 54,3 / (porcja 520g) = 285,90 mg</p>		<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Potrawka z cielęcizycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GÓR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94,4 / (porcja 1100g) = 1 048,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 / (porcja 1100g) = 34,40 g Tłuszcz (100g)= 2,9 / (porcja 1100g) = 32,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 / (porcja 1100g) = 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 / (porcja 1100g) = 155,40 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 21,80 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 1100g) = 1,70 g Sód (100g)= 7,2 / (porcja 1100g) = 79,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skrz 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-pszenno 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8 / (porcja 530g) = 535,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 / (porcja 530g) = 16,20 g Tłuszcz (100g)= 4,2 / (porcja 530g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 530g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 / (porcja 530g) = 64,20 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 530g) = 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 530g) = 5,60 g Sól (100g)= 0,5 / (porcja 530g) = 2,40 g Sód (100g)= 54 / (porcja 530g) = 284,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 203,70 kcal Białko ogółem 93,20 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 295,70 g cukry suma 71,20 g Błonnik pokarmowy 33,80 g Sól 4,90 g Sód 657,70 mg</p>	

M 05.26. *określenie*
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek D02-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 / (porcja 570g) = 517,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 / (porcja 570g) = 29,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 570g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 570g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 570g) = 63,40 g cukry suma (100g)= 2,9 / (porcja 570g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 570g) = 5,70 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 570g) = 0,50 g Sód (100g)= 84,8 / (porcja 570g) = 471,30 mg</p>		<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Kalańfior duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,4 / (porcja 901g) = 1 049,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 / (porcja 901g) = 34,80 g Tłuszcz (100g)= 4,8 / (porcja 901g) = 43,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 / (porcja 901g) = 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 / (porcja 901g) = 123,40 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 901g) = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 / (porcja 901g) = 16,20 g Sól (100g)= 0 / (porcja 901g) = 0,30 g Sód (100g)= 11 / (porcja 901g) = 100,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skrz 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-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,5 / (porcja 490g) = 562,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 490g) = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 / (porcja 490g) = 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 490g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 / (porcja 490g) = 70,40 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 490g) = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 / (porcja 490g) = 4,50 g Sól (100g)= 0,4 / (porcja 490g) = 2,10 g Sód (100g)= 92,3 / (porcja 490g) = 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 273,00 kcal Białko ogółem 96,00 g Tłuszcz 80,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 278,70 g cukry suma 63,10 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 2,90 g Sód 1 040,80 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenno 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 399,00 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g Węglowodny przyswajalne 39,90 g cukry suma 13,50 g Błonnik pokarmowy 5,10 g Sól 0,70 g Sód 150,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 71,40 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 15,10 g cukry suma 14,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g Sód 11,00 mg	Szpinażowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryz pełnoziarnisty 100g A Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GÓR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 799,40 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 26,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,10 g Węglowodny przyswajalne 107,40 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 16,00 g Sól 1,10 g Sód 115,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz naturalny 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- pszenno 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 462,00 kcal Białko ogółem 13,60 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 51,30 g cukry suma 12,30 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 2,00 g Sód 284,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 875,50 kcal Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 62,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 235,20 g cukry suma 77,30 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 3,80 g Sód 568,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81 //(porcja 570g)= 450,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 //(porcja 570g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 1,1 //(porcja 570g)= 6,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 //(porcja 570g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 //(porcja 570g)= 67,30 g cukry suma (100g)= 2,9 //(porcja 570g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 //(porcja 570g)= 4,80 g Sól (100g)= .3 //(porcja 570g)= 1,70 g Sód (100g)= 3,1 //(porcja 570g)= 17,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szl-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	Szpinażowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Ryz biały 200g Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,2 //(porcja 901g)= 792,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 //(porcja 901g)= 33,00 g Tłuszcz (100g)= 1,9 //(porcja 901g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 //(porcja 901g)= 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 //(porcja 901g)= 120,60 g cukry suma (100g)= 1,3 //(porcja 901g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 //(porcja 901g)= 15,60 g Sól (100g)= 0 //(porcja 901g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,6 //(porcja 901g)= 96,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,2 //(porcja 400g)= 116,70 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)= 2,8 //(porcja 400g)= 11,10 g cukry suma (100g)= 2,6 //(porcja 400g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 //(porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 //(porcja 400g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,9 //(porcja 400g)= 7,80 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,9 //(porcja 490g)= 494,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 //(porcja 490g)= 17,20 g Tłuszcz (100g)= 2,7 //(porcja 490g)= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 //(porcja 490g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,9 //(porcja 490g)= 74,30 g cukry suma (100g)= 2,6 //(porcja 490g)= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 //(porcja 490g)= 3,30 g Sól (100g)= .7 //(porcja 490g)= 3,30 g Sód (100g)= 1,6 //(porcja 490g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 953,90 kcal Białko ogółem 101,20 g Tłuszcz 38,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalne 291,30 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 24,00 g Sól 5,60 g Sód 137,50 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-18 poniedziałek D11- Papkowala	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 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] 2 113,10 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 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-18 poniedziałek D12- Płynna wzmożlona	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 owocowy 150g (MLE.) 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 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] 2 106,80 kcal Białko ogółem 126,00 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 246,30 g cukry suma 32,10 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,50 g Sód 227,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek D07- Bogatobiałkowa	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z pietruszką 220g (MLE), Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96 /porcja 670g = 639,90 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 670g = 46,60 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 670g = 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 670g = 12,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 670g = 68,00 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 670g = 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 670g = 5,70 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 670g = 0,60 g Sód (100g)= 70,7 /porcja 670g = 471,30 mg</p>	<p>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 = 0,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g = 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g = 7,80 mg</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE), Ryz biały 200g Kaliafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,1 /porcja 901g = 973,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 901g = 33,50 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 901g = 38,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 /porcja 901g = 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 901g = 117,80 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 901g = 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 901g = 15,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 901g = 0,40 g Sód (100g)= 13,7 /porcja 901g = 124,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skrzywocowy 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 Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,5 /porcja 490g = 562,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g = 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 490g = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 490g = 70,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 490g = 4,50 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 490g = 2,10 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g = 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 418,80 kcal Białko ogółem 115,00 g Tłuszcz 81,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,50 g Węglowodny przyswajalne 295,70 g cukry suma 72,30 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 3,20 g Sód 1 073,50 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzykowa)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z pietruszką 120g (MLE), rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,4 /porcja 520g = 418,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 520g = 27,00 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 520g = 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 520g = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 /porcja 520g = 40,50 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g = 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 520g = 8,20 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 520g = 1,40 g Sód (100g)= 4,1 /porcja 520g = 21,70 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Skrzywocowy 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)= 0,1 /porcja 400g = 0,20 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 400g = 15,40 mg</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryz pełnoziarnisty 200g Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,7 /porcja 1100g = 996,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 1100g = 34,00 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1100g = 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1100g = 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /porcja 1100g = 142,40 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1100g = 19,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1100g = 21,80 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1100g = 1,70 g Sód (100g)= 8,5 /porcja 1100g = 94,90 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 /porcja 530g = 477,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 530g = 15,10 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 530g = 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 530g = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 530g = 50,20 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 530g = 8,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 530g = 7,40 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 530g = 3,00 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 530g = 20,30 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 212,3 /porcja 120g = 255,70 kcal Białko ogółem (100g)= 12,7 /porcja 120g = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 8,8 /porcja 120g = 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 /porcja 120g = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,9 /porcja 120g = 23,90 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 120g = 2,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,4 /porcja 120g = 5,30 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 120g = 1,30 g Sód (100g)= 6 /porcja 120g = 0,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 245,30 kcal Białko ogółem 109,50 g Tłuszcz 79,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,70 g Węglowodny przyswajalne 264,20 g cukry suma 46,30 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 7,60 g Sód 153,10 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek CL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,9 //porcja 535g)= 436,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4 //porcja 535g)= 21,00 g Tłuszcz (100g)= 3,6 //porcja 535g)= 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 //porcja 535g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,5 //porcja 535g)= 44,80 g cukry suma (100g)= 3 //porcja 535g)= 15,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 //porcja 535g)= 2,30 g Sól (100g)= 0,3 //porcja 535g)= 1,40 g Sód (100g)= 2,7 //porcja 535g)= 14,10 mg</p>		<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa, bez selera (MLE) Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami b/glutenowa 200g A Ryż pełnoziarnisty 220g A Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,3 //porcja 1100g)= 1 181,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 //porcja 1100g)= 40,10 g Tłuszcz (100g)= 2 //porcja 1100g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 //porcja 1100g)= 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,1 //porcja 1100g)= 212,00 g cukry suma (100g)= 2,8 //porcja 1100g)= 30,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 //porcja 1100g)= 27,00 g Sól (100g)= 0,2 //porcja 1100g)= 1,60 g Sód (100g)= 8,3 //porcja 1100g)= 92,20 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>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1 //porcja 540g)= 490,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 //porcja 540g)= 12,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3 //porcja 540g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 //porcja 540g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 //porcja 540g)= 58,90 g cukry suma (100g)= 1,9 //porcja 540g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 //porcja 540g)= 1,40 g Sól (100g)= 0,3 //porcja 540g)= 1,30 g Sód (100g)= 2,7 //porcja 540g)= 14,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 251,20 kcal Białko ogółem 87,80 g Tłuszcz 63,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,70 g Węglowodny przyswajalne 337,20 g cukry suma 78,10 g Błonnik pokarmowy 30,70 g Sól 4,30 g Sód 128,50 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 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,7 //porcja 550g)= 470,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 //porcja 550g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 2,9 //porcja 550g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 //porcja 550g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 //porcja 550g)= 57,30 g cukry suma (100g)= 1,7 //porcja 550g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 //porcja 550g)= 5,50 g Sól (100g)= 0,1 //porcja 550g)= 0,40 g Sód (100g)= 84,3 //porcja 550g)= 468,40 mg</p>		<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa i bezmleczna (SEL) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A bez mleczna (GLU Psz) Ryż biały 220g A Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,7 //porcja 1120g)= 1 096,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 //porcja 1120g)= 47,20 g Tłuszcz (100g)= 2,1 //porcja 1120g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 //porcja 1120g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,3 //porcja 1120g)= 169,40 g cukry suma (100g)= 1,9 //porcja 1120g)= 21,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 //porcja 1120g)= 16,30 g Sól (100g)= 0 //porcja 1120g)= 0,40 g Sód (100g)= 14,3 //porcja 1120g)= 158,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,4 //porcja 450g)= 88,20 kcal Białko ogółem (100g)= 0,2 //porcja 450g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= 0,1 //porcja 450g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 //porcja 450g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 //porcja 450g)= 18,90 g cukry suma (100g)= 1,1 //porcja 450g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 //porcja 450g)= 2,90 g Sól (100g)= 0 //porcja 450g)= g Sód (100g)= 1,7 //porcja 450g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,1 //porcja 490g)= 540,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 //porcja 490g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4 //porcja 490g)= 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 //porcja 490g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 //porcja 490g)= 70,30 g cukry suma (100g)= 2,5 //porcja 490g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 //porcja 490g)= 4,50 g Sól (100g)= 0,4 //porcja 490g)= 2,10 g Sód (100g)= 92,2 //porcja 490g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 196,00 kcal Białko ogółem 86,00 g Tłuszcz 59,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g Węglowodny przyswajalne 315,90 g cukry suma 48,30 g Błonnik pokarmowy 29,20 g Sól 2,90 g Sód 1 095,90 mg</p>	

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek Wegetariańska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,5 / (porcja 520g) = 476,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 / (porcja 520g) = 28,10 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 520g) = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 520g) = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 / (porcja 520g) = 54,60 g cukry suma (100g)= 2,7 / (porcja 520g) = 14,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 520g) = 6,40 g Sól (100g)= 2 / (porcja 520g) = 0,80 g Sód (100g)= 54,3 / (porcja 520g) = 285,90 mg		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz warzywny curry z kalaflorem i soczewicą 250g (GLU Psz, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,1 / (porcja 1150g) = 1 245,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 / (porcja 1150g) = 30,60 g Tłuszcz (100g)= 3,9 / (porcja 1150g) = 43,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1150g) = 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,3 / (porcja 1150g) = 180,70 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 1150g) = 26,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 / (porcja 1150g) = 30,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1150g) = 1,60 g Sód (100g)= 7,9 / (porcja 1150g) = 87,80 mg	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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 / (porcja 530g) = 564,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 / (porcja 530g) = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,2 / (porcja 530g) = 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 530g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 / (porcja 530g) = 70,90 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 530g) = 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 530g) = 4,50 g Sól (100g)= .4 / (porcja 530g) = 2,10 g Sód (100g)= 88,5 / (porcja 530g) = 465,60 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 430,10 kcal Białko ogółem 90,30 g Tłuszcz 80,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 327,70 g cukry suma 74,90 g Błonnik pokarmowy 41,40 g Sól 4,50 g Sód 847,10 mg	

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek CIAŻA C02A- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 973,20 kcal Białko ogółem 33,50 g Tłuszcz 38,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 117,80 g cukry suma 12,50 g Błonnik pokarmowy 15,80 g Sól 0,40 g Sód 124,90 mg	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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,30 kcal Białko ogółem 17,10 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,40 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 197,10 kcal Białko ogółem 94,70 g Tłuszcz 75,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 273,10 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 3,00 g Sód 1 065,70 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 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek CIAZAC03-Ograniczenie białw.przys. węglw(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 220g (MLE) rżodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 485,30 kcal Białko ogółem 44,00 g Tłuszcz 10,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 45,00 g cukry suma 13,90 g Błonnik pokarmowy 8,20 g Sól 1,50 g Sód 20,80 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 996,50 kcal Białko ogółem 34,00 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,70 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 1,70 g Sód 94,90 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,70 kcal Białko ogółem 20,60 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 50,40 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 19,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE) Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 316,50 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,50 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,40 kcal Białko ogółem 137,20 g Tłuszcz 83,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalne 269,20 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 7,90 g Sód 151,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek LAKTACJA C02-Dlęta laktostrama	chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 973,20 kcal Białko ogółem 33,50 g Tłuszcz 38,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 117,80 g cukry suma 12,50 g Błonnik pokarmowy 15,80 g Sól 0,40 g Sód 124,90 mg	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	chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,30 kcal Białko ogółem 17,10 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,40 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 197,10 kcal Białko ogółem 94,70 g Tłuszcz 75,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 273,10 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 3,00 g Sód 1 065,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-18 poniedziałek LAKTACJAC03-D. z ograniczonym przyswajaniem węgla (Cukrzyca)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Twarożek z pietruszką 220g (MLE), rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 465,30 kcal Białko ogółem 44,00 g Tłuszcz 10,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 45,00 g cukry suma 13,90 g Błonnik pokarmowy 8,20 g Sól 1,50 g Sód 20,80 mg</p>	<p>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</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryz pełnoziarnisty 200g Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 996,50 kcal Białko ogółem 34,00 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,70 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 1,70 g Sód 94,90 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,70 kcal Białko ogółem 20,60 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 50,40 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 19,40 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Ser zółty 60g A (MLE), Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 316,50 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,50 g Sód 0,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 411,40 kcal Białko ogółem 137,20 g Tłuszcz 83,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalne 269,20 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 7,90 g Sód 151,30 mg</p>