

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek D01-Podstawowa	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt,) 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</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kolej mielony smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) 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</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 Zyt,) 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] 2 016,20 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</p>	

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska
25.05.26. akcept

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek D02-Latwostrawna	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt,) 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</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) 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)= 77,4 /porcja 1120g)= 860,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 32,60 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 /porcja 1120g)= 125,70 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1120g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 12,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,40 g Sód (100g)= 6,6 /porcja 1120g)= 73,50 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 Zyt,) 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] 2 120,80 kcal Białko ogółem 87,60 g Tłuszcz 67,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 275,00 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 2,50 g Sód 1 592,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek DZIECI (PO)B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka 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, 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), Kiełbasa mielony smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Ziemniaki 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	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz), Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ), Mix салат 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)= 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)= 8 //porcja 460g)= 3,50 g, Sól (100g)= 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)= 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), Ziemniaki 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)= 8 //porcja 1000g)= 8,30 g, Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 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), Jabłko gotowane 150g, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,4 //porcja 500g)= 147,10 kcal, Białko ogółem (100g)= 1,1 //porcja 500g)= 5,60 g, Tłuszcz (100g)= 0,4 //porcja 500g)= 1,80 g, Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 //porcja 500g)= 1,00 g, Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 //porcja 500g)= 27,60 g, cukry suma (100g)= 4,8 //porcja 500g)= 23,90 g, Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 //porcja 500g)= 1,70 g, Sól (100g)= 0 //porcja 500g)= 0,10 g, Sód (100g)= 11,5 //porcja 500g)= 57,30 mg	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	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-02 wtorek D11- Papikowata	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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-02 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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek D07- Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JA, J) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SO, J) 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)= 0,2/(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)= 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 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, JA, J, SO, J, GLU Jęcz, MLE) 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] (100g)= 77,4/(porcja 1120g)= 860,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9/(porcja 1120g)= 32,60 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 1120g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 1120g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3/(porcja 1120g)= 125,70 g cukry suma (100g)= 2,2/(porcja 1120g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 1120g)= 12,70 g Sól (100g)= 0/(porcja 1120g)= 0,40 g Sód (100g)= 6,6/(porcja 1120g)= 73,50 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)= 0,3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(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)= 0,5/(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, MLE) 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)= 68,30 g cukry suma (100g)= 2,7/(porcja 750g)= 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9/(porcja 750g)= 7,10 g Sól (100g)= 0,1/(porcja 750g)= 0,80 g Sód (100g)= 127,1/(porcja 750g)= 977,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 374,70 kcal Białko ogółem 99,70 g Tłuszcz 81,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,20 g Węglowodny przyswajalne 296,20 g cukry suma 81,00 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 2,70 g Sód 1 635,70 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 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-02 wtorek D03-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgl.(Cukrzykowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JA, J) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SO, J) 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)= 0,5/(porcja 470g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 470g)= 4,70 g Sól (100g)= 0,2/(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)= 0,3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(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)= 0,5/(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, JA, J, SO, J, GLU Jęcz, MLE) 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)= 75,7/(porcja 1120g)= 840,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9/(porcja 1120g)= 32,70 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 1120g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 1120g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9/(porcja 1120g)= 120,70 g cukry suma (100g)= 1,7/(porcja 1120g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 1120g)= 12,70 g Sól (100g)= 0/(porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 7,3/(porcja 1120g)= 81,20 mg			Pieczony żytnio-pszemno-razowy 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a 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)= 0,3/(porcja 551g)= 1,60 g Sód (100g)= 89,4/(porcja 551g)= 496,90 mg	Pieczony żytnio-pszemno-razowy 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR, MLE) 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)= 0,9/(porcja 140g)= 1,20 g Sód (100g)= 1,7/(porcja 140g)= 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 096,30 kcal Białko ogółem 89,90 g Tłuszcz 75,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,60 g Węglowodny przyswajalne 248,10 g cukry suma 52,30 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 4,50 g Sód 994,50 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 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek CL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix salát 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 glutelowy (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/ jabłko 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) Miód porcjowany 1szt-25g Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.4 /porcja 591g)= 561,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 591g)= 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /porcja 591g)= 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 591g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /porcja 591g)= 69,50 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 591g)= 19,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 591g)= 4,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 591g)= 1,60 g Sód (100g)= 83.5 /porcja 591g)= 491,00 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 931,40 kcal Białko ogółem 73,20 g Tłuszcz 64,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 253,80 g cukry suma 77,10 g Błonnik pokarmowy 29,40 g Sól 3,90 g Sód 766,90 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek ML- Bezmielczna	<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 salát 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 bezmielczny A (GLU Psz, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69 /porcja 1220g)= 862,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 1220g)= 32,90 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /porcja 1220g)= 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /porcja 1220g)= 135,00 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 1220g)= 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /porcja 1220g)= 21,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,00 g Sód (100g)= 33 /porcja 1220g)= 411,90 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) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.8 /porcja 660g)= 578,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /porcja 660g)= 13,40 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 660g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 660g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 /porcja 660g)= 89,50 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 660g)= 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 660g)= 9,00 g Sól (100g)= .2 /porcja 660g)= 1,60 g Sód (100g)= 127.3 /porcja 660g)= 848,50 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 023,70 kcal Białko ogółem 69,10 g Tłuszcz 55,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,90 g Węglowodny przyswajalne 295,00 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 38,60 g Sól 3,70 g Sód 1 746,20 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek We- Wegetariańska	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Mix salat 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/ jablko 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)= 0,3 /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)= 0,3 /porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /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)= 0,5 /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-pszenenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SE.) 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 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek CIAŻA C02A- Dieta Latwostrawna	<p>Bulka 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 salat 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/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 860,00 kcal Białko ogółem 32,60 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 125,70 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 12,70 g Sól 0,40 g Sód 73,50 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-pszenenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SE.) 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] 2 120,80 kcal Białko ogółem 87,60 g Tłuszcz 67,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 275,00 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 2,50 g Sód 1 592,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02, wtorek CIAŻAC03-Ograniczenie łatw.przys.węglol[Cukrzykowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 501,60 kcal Białko ogółem 28,00 g Tłuszcz 23,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 36,40 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,10 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		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 754,90 kcal Białko ogółem 46,80 g Tłuszcz 36,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,90 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 13,00 g Sól 3,30 g Sód 531,20 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa 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 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] 2 423,30 kcal Białko ogółem 136,20 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 271,60 g cukry suma 60,40 g Błonnik pokarmowy 44,00 g Sól 6,70 g Sód 1 064,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-02, wtorek LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	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 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		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] 860,00 kcal Białko ogółem 32,60 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 125,70 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 12,70 g Sól 0,40 g Sód 73,50 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] 2 120,80 kcal Białko ogółem 87,60 g Tłuszcz 67,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 275,00 g cukry suma 72,80 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 2,50 g Sód 1 592,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-02 wtorek LAKTACJAC03-D, z ogarn.lawo przysaw.weg(Cukrzyca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Szynka tosiowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 501,60 kcal Białko ogółem 28,00 g Tłuszcz 23,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 36,40 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,10 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		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 754,90 kcal Białko ogółem 46,80 g Tłuszcz 36,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,90 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 13,00 g Sól 3,30 g Sód 531,20 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa 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 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] 2 423,30 kcal Białko ogółem 136,20 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 271,60 g cukry suma 60,40 g Błonnik pokarmowy 44,00 g Sól 6,70 g Sód 1 064,60 mg