

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D01-Podślawowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Papyrka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 550g) = 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 550g) = 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 550g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 550g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /(porcja 550g) = 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 /(porcja 550g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 550g) = 7,30 g Sól (100g)= 2 /(porcja 550g) = 0,80 g Sód (100g)= 51,3 /(porcja 550g) = 284,80 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80 /(porcja 1150g) = 888,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1150g) = 39,20 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /(porcja 1150g) = 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /(porcja 1150g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /(porcja 1150g) = 150,50 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1150g) = 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1150g) = 22,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1150g) = 0,30 g Sód (100g)= 6,1 /(porcja 1150g) = 68,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 /(porcja 450g) = 226,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,70 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /(porcja 450g) = 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /(porcja 450g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /(porcja 450g) = 32,60 g cukry suma (100g)= 6,6 /(porcja 450g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 450g) = g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 450g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Papyrkarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /(porcja 530g) = 564,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 530g) = 17,30 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)= 13,4 /(porcja 530g) = 70,60 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 530g) = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /(porcja 530g) = 4,50 g Sól (100g)= 0,4 /(porcja 530g) = 2,10 g Sód (100g)= 87,7 /(porcja 530g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 176,00 kcal Białko ogółem 93,10 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 311,40 g cukry suma 75,10 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 3,40 g Sód 822,30 mg	

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

Magdalena Kwiatkowska
19.05.26
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D02-Latwostrawna	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] (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)= 1 /(porcja 570g) = 0,50 g Sód (100g)= 84,8 /(porcja 570g) = 471,30 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,6 /(porcja 951g) = 823,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 951g) = 37,70 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 951g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 /(porcja 951g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,5 /(porcja 951g) = 131,40 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 951g) = 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 951g) = 14,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 951g) = 0,20 g Sód (100g)= 7,3 /(porcja 951g) = 66,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 /(porcja 450g) = 226,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,70 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /(porcja 450g) = 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /(porcja 450g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /(porcja 450g) = 32,60 g cukry suma (100g)= 6,6 /(porcja 450g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 450g) = g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 450g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Papyrkarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,9 /(porcja 530g) = 604,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 530g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 5,2 /(porcja 530g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 530g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /(porcja 530g) = 70,00 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 530g) = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /(porcja 530g) = 4,30 g Sól (100g)= 0,4 /(porcja 530g) = 2,10 g Sód (100g)= 87,7 /(porcja 530g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 172,60 kcal Białko ogółem 91,90 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 297,40 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 3,00 g Sód 1 007,30 mg	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 419,10 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,10 g Węglowodny przyswajalne 43,00 g cukry suma 16,60 g Błonnik pokarmowy 6,00 g Sól 0,70 g Sód 148,90 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE,) 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,) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ryż pełnoziarnisty 100g A Fasolka szparagowa gotowana 100g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 628,00 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 98,30 g cukry suma 14,30 g Błonnik pokarmowy 15,60 g Sól 0,30 g Sód 66,80 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows,) Wartość energetyczna[kcal] 246,60 kcal Białko ogółem 7,70 g Tłuszcz 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 37,60 g cukry suma 34,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 461,80 kcal Białko ogółem 13,70 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 51,00 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 2,00 g Sód 280,50 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 875,10 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 55,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 252,90 g cukry suma 87,50 g Błonnik pokarmowy 24,40 g Sól 3,30 g Sód 511,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 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 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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ryż biały 220g A Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,3 /(porcja 1170g) = 792,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /(porcja 1170g) = 32,50 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1170g) = 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1170g) = 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 /(porcja 1170g) = 104,40 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1170g) = 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 1170g) = 12,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1170g) = 0,70 g Sód (100g)= 20,3 /(porcja 1170g) = 225,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 /(porcja 450g) = 226,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,70 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /(porcja 450g) = 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 450g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /(porcja 450g) = 32,60 g cukry suma (100g)= 6,6 /(porcja 450g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 450g) = g Sól (100g)= .1 /(porcja 450g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /(porcja 450g) = 7,80 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102 /(porcja 530g) = 537,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 530g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 530g) = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 530g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /(porcja 530g) = 73,90 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 530g) = 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 530g) = 3,40 g Sól (100g)= .6 /(porcja 530g) = 3,30 g Sód (100g)= 1,5 /(porcja 530g) = 7,80 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 096,60 kcal Białko ogółem 92,00 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 293,40 g cukry suma 85,80 g Błonnik pokarmowy 20,80 g Sól 6,00 g Sód 314,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D11- Papkawała	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 musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,5 /(porcja 700g)= 624,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 700g)= 33,00 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 700g)= 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 700g)= 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /(porcja 700g)= 76,40 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 700g)= 28,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 700g)= 4,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 700g)= 0,40 g Sód (100g)= 7 /(porcja 700g)= 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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 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] 2 196,10 kcal Białko ogółem 128,00 g Tłuszcz 71,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Węglowodny przyswajalne 249,10 g cukry suma 42,50 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,90 g Sód 265,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g)= 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 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 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(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 drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= 4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g)= 35,90 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,80 kcal Białko ogółem 129,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 235,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenzny 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)= .1 /porcja 570g)= 0,50 g Sód (100g)= 84,8 /porcja 570g)= 471,30 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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,6 /porcja 951g)= 823,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 951g)= 37,70 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 951g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 951g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,5 /porcja 951g)= 131,40 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 951g)= 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 951g)= 14,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 951g)= 0,20 g Sód (100g)= 7,3 /porcja 951g)= 66,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 /porcja 450g)= 226,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /porcja 450g)= 7,70 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /porcja 450g)= 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 450g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /porcja 450g)= 32,60 g cukry suma (100g)= 6,6 /porcja 450g)= 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 450g)= 0 g Sól (100g)= .1 /porcja 450g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 450g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenzny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,9 /porcja 530g)= 604,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 530g)= 16,90 g Tłuszcz (100g)= 5,2 /porcja 530g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /porcja 530g)= 70,00 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 530g)= 4,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 530g)= 2,10 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 530g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,30 kcal Białko ogółem 97,20 g Tłuszcz 63,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 312,60 g cukry suma 85,70 g Błonnik pokarmowy 25,10 g Sól 3,10 g Sód 1 063,10 mg	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 7 z 15

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-05-19 13:02:52

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 550g)= 438,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 550g)= 27,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 550g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 550g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,9 /porcja 550g)= 43,60 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 550g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 550g)= 9,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 550g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,7 /porcja 550g)= 20,70 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 20,7 /porcja 350g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /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)= 3 /porcja 350g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 350g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 350g)= 0,20 g Sód (100g)= 18,4 /porcja 350g)= 63,40 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62 /porcja 1150g)= 688,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1150g)= 33,60 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 1150g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1150g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 1150g)= 111,40 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 1150g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1150g)= 19,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 1150g)= 0,30 g Sód (100g)= 4,4 /porcja 1150g)= 48,40 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 /porcja 530g)= 477,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 530g)= 15,30 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)= 49,90 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 530g)= 7,40 g Sól (100g)= .6 /porcja 530g)= 3,00 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 530g)= 16,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 178,2 /porcja 140g)= 250,90 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)= 16,7 /porcja 140g)= 23,50 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 140g)= 1,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 /porcja 140g)= 5,00 g Sól (100g)= .9 /porcja 140g)= 1,20 g Sód (100g)= 2 /porcja 140g)= 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 926,50 kcal Białko ogółem 92,40 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,50 g Węglowodny przyswajalne 238,60 g cukry suma 41,10 g Błonnik pokarmowy 41,30 g Sól 6,10 g Sód 149,10 mg

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 8 z 15

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-05-19 13:02:52

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,2 /porcja 565g)= 456,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 565g)= 21,70 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 565g)= 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 565g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 8,6 /porcja 565g)= 47,90 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 565g)= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 565g)= 3,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 565g)= 1,40 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 565g)= 13,00 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g b/g (SEL) Ryż pełnoziarnisty 220g A Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,8 /porcja 1100g)= 1 030,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1100g)= 38,30 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1100g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 16 /porcja 1100g)= 178,30 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1100g)= 15,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g)= 0,40 g Sód (100g)= 14,2 /porcja 1100g)= 157,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1 /porcja 540g)= 489,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /porcja 540g)= 12,40 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 540g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 540g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 11,1 /porcja 540g)= 58,60 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 540g)= 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,30 g Sód (100g)= 2 /porcja 540g)= 10,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 072,70 kcal Białko ogółem 76,90 g Tłuszcz 67,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalny 294,80 g cukry suma 53,50 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 3,30 g Sód 188,40 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek ML- Beznieleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,4 /porcja 575g)= 531,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 575g)= 20,80 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 575g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 575g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 11,5 /porcja 575g)= 67,30 g cukry suma (100g)= 7,9 /porcja 575g)= 46,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 575g)= 8,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 575g)= 0,40 g Sód (100g)= 79,6 /porcja 575g)= 468,40 mg</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g b/g (SEL) Ryż biały 220g A Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,6 /porcja 1120g)= 962,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1120g)= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /porcja 1120g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14 /porcja 1120g)= 155,50 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1120g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 1120g)= 14,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,40 g Sód (100g)= 14,2 /porcja 1120g)= 157,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,4 /porcja 450g)= 88,20 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /porcja 450g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 450g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 450g)= g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4,2 /porcja 450g)= 18,90 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 450g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .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 Żyt.) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,4 /porcja 530g)= 602,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 530g)= 16,90 g Tłuszcz (100g)= 5,1 /porcja 530g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 530g)= 5,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,3 /porcja 530g)= 70,00 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 530g)= 4,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 530g)= 2,10 g Sód (100g)= 87,5 /porcja 530g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 184,50 kcal Białko ogółem 75,30 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,00 g Węglowodny przyswajalny 311,70 g cukry suma 79,70 g Błonnik pokarmowy 29,80 g Sól 2,90 g Sód 1 094,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 / (porcja 550g) = 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 / (porcja 550g) = 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 550g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 550g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 / (porcja 550g) = 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 / (porcja 550g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 / (porcja 550g) = 7,30 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 550g) = 0,80 g Sód (100g)= 51,3 / (porcja 550g) = 284,80 mg		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz warzywny curry z kalaflorem i soczewicą 250g (GLU Psz, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,7 / (porcja 1150g) = 1 063,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 / (porcja 1150g) = 32,50 g Tłuszcz (100g)= 2,1 / (porcja 1150g) = 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 1150g) = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,2 / (porcja 1150g) = 179,40 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1150g) = 18,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 / (porcja 1150g) = 30,70 g Sól (100g)= 0,4 / (porcja 1150g) = 0,40 g Sód (100g)= 8,9 / (porcja 1150g) = 99,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 49,9 / (porcja 450g) = 226,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 450g) = 7,70 g Tłuszcz (100g)= 1,4 / (porcja 450g) = 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 / (porcja 450g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 / (porcja 450g) = 32,60 g cukry suma (100g)= 6,6 / (porcja 450g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 450g) = 0 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 450g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,7 / (porcja 450g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 / (porcja 530g) = 564,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 / (porcja 530g) = 17,30 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)= 13,4 / (porcja 530g) = 70,60 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 530g) = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 9 / (porcja 530g) = 4,50 g Sól (100g)= 4 / (porcja 530g) = 2,10 g Sód (100g)= 87,7 / (porcja 530g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 350,50 kcal Białko ogółem 86,40 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g Węglowodny przyswajalne 340,30 g cukry suma 78,40 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 3,50 g Sód 853,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek CIAŻA COZA- Dieta Lactostawna	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		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 823,20 kcal Białko ogółem 37,70 g Tłuszcz 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 131,40 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 14,90 g Sól 0,20 g Sód 66,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1szt-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 226,70 kcal Białko ogółem 7,70 g Tłuszcz 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 32,60 g cukry suma 29,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 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.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 604,80 kcal Białko ogółem 16,90 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 172,60 kcal Białko ogółem 91,90 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 297,40 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 3,00 g Sód 1 007,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek CIAZAC03-Ograniczenie tłuszczu, przys. węglowod. (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 220g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 485,50 kcal Białko ogółem 44,70 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 48,20 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,50 g Sód 19,80 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1sz-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 71,40 kcal Białko ogółem 5,30 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 0,20 g Sól 0,20 g Sód 63,40 mg	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy duszony w curry 250ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryz polnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 880,60 kcal Białko ogółem 60,80 g Tłuszcz 9,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 139,90 g cukry suma 12,50 g Błonnik pokarmowy 22,20 g Sól 0,50 g Sód 156,20 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 kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,50 kcal Białko ogółem 20,70 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g Sód 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 149,70 kcal Białko ogółem 141,80 g Tłuszcz 50,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 45,90 g Błonnik pokarmowy 43,90 g Sól 6,40 g Sód 255,10 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek LAKTACJA C12-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenno-razowy 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		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 823,20 kcal Białko ogółem 37,70 g Tłuszcz 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 131,40 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 14,90 g Sól 0,20 g Sód 66,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt musli z owocami 1sz-200g (GLU Psz, MLE, ORZ, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 226,70 kcal Białko ogółem 7,70 g Tłuszcz 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 32,60 g cukry suma 29,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg		chleb żytnio-pszenno-razowy 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 604,80 kcal Białko ogółem 16,90 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 172,60 kcal Białko ogółem 91,90 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 297,40 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 3,00 g Sód 1 007,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-25 poniedziałek LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Twarożek z pietruszką 220g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 485,50 kcal</p> <p>Białko ogółem 44,70 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalny 48,20 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,50 g Sód 19,80 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 71,40 kcal</p> <p>Białko ogółem 5,30 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalny 10,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 0,20 g Sól 0,20 g Sód 63,40 mg</p>	<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Gulasz drobiowy duszony w curry 250ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Ryz pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 880,60 kcal</p> <p>Białko ogółem 60,80 g Tłuszcz 9,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalny 139,90 g cukry suma 12,50 g Błonnik pokarmowy 22,20 g Sól 0,50 g Sód 156,20 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 535,50 kcal</p> <p>Białko ogółem 20,70 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalny 50,10 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat 30g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal</p> <p>Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalny 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g Sód 0,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 149,70 kcal Białko ogółem 141,80 g Tłuszcz 50,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalny 271,80 g cukry suma 45,90 g Błonnik pokarmowy 43,90 g Sól 6,40 g Sód 255,10 mg</p>