

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek D01-Podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE,) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 130,4 /porcja 530g)= 686,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,2 /porcja 530g)= 32,80 g Tłuszcz (100g)= 5 /porcja 530g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /porcja 530g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,5 /porcja 530g)= 76,40 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 530g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= 3 /porcja 530g)= 1,80 g Sód (100g)= 153,2 /porcja 530g)= 806,30 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Wątróbka drobiowa duszona z pieczarkami i cebulką 200g (GLU Psz, MLE,) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz,) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,8 /porcja 1100g)= 897,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1100g)= 44,00 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 1100g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 1100g)= 137,30 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1100g)= 30,20 g Sól (100g)= 2 /porcja 1100g)= 2,10 g Sód (100g)= 16,7 /porcja 1100g)= 185,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /porcja 480g)= 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 480g)= 24,80 g cukry suma (100g)= 4,4 /porcja 480g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,1 /porcja 480g)= 57,70 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127,4 /porcja 520g)= 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 520g)= 55,50 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 520g)= 4,50 g Sól (100g)= 4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 520g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 393,70 kcal Białko ogółem 99,00 g Tłuszcz 65,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 294,00 g cukry suma 75,00 g Błonnik pokarmowy 47,00 g Sól 6,00 g Sód 1 511,20 mg	

21.05.2026. dietet
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek D02-Latwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138 /porcja 530g)= 726,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,2 /porcja 530g)= 32,50 g Tłuszcz (100g)= 5,9 /porcja 530g)= 31,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /porcja 530g)= 13,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,4 /porcja 530g)= 75,60 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 530g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 530g)= 10,00 g Sól (100g)= 3 /porcja 530g)= 1,80 g Sód (100g)= 152,4 /porcja 530g)= 802,30 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE,) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69 /porcja 1100g)= 756,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1100g)= 35,70 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1100g)= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 1100g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 /porcja 1100g)= 106,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 1100g)= 27,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1100g)= 21,10 g Sól (100g)= 4 /porcja 1100g)= 4,70 g Sód (100g)= 109,3 /porcja 1100g)= 1 214,80 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)= 4 /porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 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)= 3 /porcja 500g)= 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 11,5 /porcja 500g)= 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127,4 /porcja 520g)= 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 520g)= 55,50 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 520g)= 4,50 g Sól (100g)= 4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 520g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 310,40 kcal Białko ogółem 90,30 g Tłuszcz 68,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g Węglowodny przyswajalne 265,10 g cukry suma 78,80 g Błonnik pokarmowy 37,30 g Sól 8,60 g Sód 2 536,10 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek DZIECI IP01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE,) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 609,40 kcal Białko ogółem 30,10 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,30 g Węglowodny przyswajalne 61,70 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 8,90 g Sól 1,70 g Sód 670,40 mg	Mandarynka 100g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 74,40 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 17,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g Sód 7,80 mg	Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Zyt,) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g A (GLU Psz, SEL,) Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLU Psz,) Salatka z buraczków 100g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 566,40 kcal Białko ogółem 27,30 g Tłuszcz 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalne 81,40 g cukry suma 21,30 g Błonnik pokarmowy 16,40 g Sól 1,80 g Sód 263,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 138,10 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 24,80 g cukry suma 21,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g Sód 57,70 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golionkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka bawrska 60g (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 395,60 kcal Białko ogółem 12,20 g Tłuszcz 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 43,10 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,20 g Sól 1,30 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 783,90 kcal Białko ogółem 75,80 g Tłuszcz 52,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 228,00 g cukry suma 75,80 g Błonnik pokarmowy 33,00 g Sól 4,90 g Sód 1 279,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jecz,) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124,5/(porcja 520g)= 655,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1/(porcja 520g)= 32,10 g Tłuszcz (100g)= 4,3/(porcja 520g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 520g)= 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,1/(porcja 520g)= 79,20 g cukry suma (100g)= 2,9/(porcja 520g)= 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4/(porcja 520g)= 7,50 g Sól (100g)= 0,4/(porcja 520g)= 2,30 g Sód (100g)= 63,5/(porcja 520g)= 334,40 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	Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Zyt,) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,7/(porcja 1100g)= 807,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4/(porcja 1100g)= 38,10 g Tłuszcz (100g)= 1,4/(porcja 1100g)= 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2/(porcja 1100g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6/(porcja 1100g)= 117,40 g cukry suma (100g)= 2,5/(porcja 1100g)= 28,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1/(porcja 1100g)= 23,20 g Sól (100g)= 0,2/(porcja 1100g)= 1,80 g Sód (100g)= 4,4/(porcja 1100g)= 49,30 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 Jecz,) Golionkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,6/(porcja 420g)= 361,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3/(porcja 420g)= 17,70 g Tłuszcz (100g)= 1,2/(porcja 420g)= 4,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 420g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,4/(porcja 420g)= 60,00 g cukry suma (100g)= 1,8/(porcja 420g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9/(porcja 420g)= 3,60 g Sól (100g)= 0,5/(porcja 420g)= 2,20 g Sód (100g)= 1,9/(porcja 420g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 070,30 kcal Białko ogółem 96,80 g Tłuszcz 46,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,40 g Węglowodny przyswajalne 302,20 g cukry suma 79,60 g Błonnik pokarmowy 36,00 g Sól 6,50 g Sód 456,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek 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	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 237,70 g cukry suma 24,50 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 0,80 g Sód 313,30 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek 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 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)= 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			Wartość energetyczna[kcal] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek D07- Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138 /(porcja 530g) = 726,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6.2 /(porcja 530g) = 32,50 g Tłuszcz (100g)= 5.9 /(porcja 530g) = 31,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 530g) = 13,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.4 /(porcja 530g) = 75,60 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 530g) = 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 530g) = 10,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 530g) = 1,80 g Sód (100g)= 152.4 /(porcja 530g) = 802,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g) = 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g) = 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g) = 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g) = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g) = 18,00 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g) = 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g) = 0 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g) = 0,10 g Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g) = 7,80 mg	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.7 /(porcja 1100g) = 807,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1100g) = 38,10 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1100g) = 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 1100g) = 117,40 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1100g) = 28,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1100g) = 23,20 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g) = 1,80 g Sód (100g)= 4.4 /(porcja 1100g) = 49,30 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)= .4 /(porcja 500g) = 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .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)= .3 /(porcja 500g) = 1,70 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 11.5 /(porcja 500g) = 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.4 /(porcja 520g) = 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 520g) = 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g) = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g) = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 520g) = 55,50 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 520g) = 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 520g) = 4,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g) = 2,00 g Sód (100g)= 87.7 /(porcja 520g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 451,20 kcal Białko ogółem 96,00 g Tłuszcz 68,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,90 g Węglowodny przyswajalne 294,10 g cukry suma 84,00 g Błonnik pokarmowy 39,40 g Sól 5,80 g Sód 1 378,40 mg	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek D03-Z, ograniczeniem łatwo przyswajalnego (Cukrzyca)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.8 /(porcja 500g) = 413,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g) = 22,40 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 500g) = 17,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 500g) = 10,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 500g) = 40,00 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 500g) = 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 500g) = 4,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 500g) = 1,50 g Sód (100g)= 121.9 /(porcja 500g) = 609,40 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 25 /(porcja 480g) = 118,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 480g) = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 480g) = 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 480g) = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.2 /(porcja 480g) = 19,80 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 480g) = 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 480g) = 2,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 480g) = 0,20 g Sód (100g)= 13.7 /(porcja 480g) = 65,30 mg	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.5 /(porcja 1100g) = 805,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1100g) = 34,50 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1100g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1100g) = 132,40 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1100g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1100g) = 30,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g) = 1,80 g Sód (100g)= 5.1 /(porcja 1100g) = 56,90 mg		Pieczyno żytnio-pszenny-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.8 /(porcja 520g) = 583,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 520g) = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g) = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g) = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.6 /(porcja 520g) = 34,80 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 520g) = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 520g) = 7,40 g Sól (100g)= .5 /(porcja 520g) = 2,90 g Sód (100g)= 3.1 /(porcja 520g) = 16,30 mg	Pieczyno żytnio-pszenny-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250.1 /(porcja 130g) = 324,80 kcal Białko ogółem (100g)= 11.7 /(porcja 130g) = 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14.4 /(porcja 130g) = 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9.6 /(porcja 130g) = 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18 /(porcja 130g) = 23,30 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 130g) = 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8 /(porcja 130g) = 4,90 g Sól (100g)= 1 /(porcja 130g) = 1,30 g Sód (100g)= 1.8 /(porcja 130g) = 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,80 kcal Białko ogółem 92,30 g Tłuszcz 71,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 34,60 g Węglowodny przyswajalne 250,30 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 49,60 g Sól 7,70 g Sód 750,30 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,1 /porcja 535g)= 437,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 535g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 535g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 535g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 535g)= 42,90 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 535g)= 13,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 535g)= 1,90 g Sód (100g)= 51,4 /porcja 535g)= 270,60 mg</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy naturalny 200g bezglutenowy i bezmleczny Ryż biały 220g A Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,5 /porcja 1120g)= 927,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /porcja 1120g)= 29,90 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 1120g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 1120g)= 134,70 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 1120g)= 35,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 1120g)= 13,60 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,20 g Sód (100g)= 8,9 /porcja 1120g)= 99,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /porcja 480g)= 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 480g)= 24,80 g cukry suma (100g)= 4,4 /porcja 480g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,1 /porcja 480g)= 57,70 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka kostowa z kurczą 40g (SOJ) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,8 /porcja 535g)= 604,30 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 535g)= 9,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 535g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 535g)= 38,80 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 535g)= 13,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 535g)= 2,60 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 107,20 kcal Białko ogółem 61,70 g Tłuszcz 72,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 241,20 g cukry suma 84,10 g Błonnik pokarmowy 18,70 g Sól 6,80 g Sód 436,10 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek ML- Bezmleczna	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,8 /porcja 535g)= 562,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 535g)= 20,40 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 535g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 535g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 535g)= 64,80 g cukry suma (100g)= 8,4 /porcja 535g)= 44,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 535g)= 8,80 g Sól (100g)= .2 /porcja 535g)= 1,00 g Sód (100g)= 90,2 /porcja 535g)= 474,80 mg</p>		<p>Żurek z ziemniakami 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL, GLU Żyt) Gulasz drobiowy naturalny 200g bezglutenowy i bezmleczny Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,5 /porcja 1150g)= 961,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1150g)= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1150g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1150g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 1150g)= 118,20 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1150g)= 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1150g)= 22,80 g Sól (100g)= .2 /porcja 1150g)= 1,80 g Sód (100g)= 7,8 /porcja 1150g)= 86,60 mg</p>	<p>Jabłko 130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,7 /porcja 380g)= 68,10 kcal Białko ogółem (100g)= .1 /porcja 380g)= 0,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 380g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 380g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 380g)= 14,60 g cukry suma (100g)= 3,7 /porcja 380g)= 14,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 380g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 380g)= g Sód (100g)= 2,5 /porcja 380g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123,3 /porcja 520g)= 648,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,40 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 520g)= 55,40 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g)= 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 520g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87,5 /porcja 520g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 240,50 kcal Białko ogółem 73,90 g Tłuszcz 72,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g Węglowodny przyswajalne 253,00 g cukry suma 96,60 g Błonnik pokarmowy 38,00 g Sól 4,80 g Sód 1 031,90 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek We- Węgetariańska	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE.) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 130.4 /(porcja 530g)= 686,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6.2 /(porcja 530g)= 32,80 g Tłuszcz (100g)= 5 /(porcja 530g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 530g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 /(porcja 530g)= 76,40 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 530g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= .3 /(porcja 530g)= 1,80 g Sód (100g)= 153.2 /(porcja 530g)= 806,30 mg</p>		<p>Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz warzywny z brokułami 200g (GLU Psz.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,8 /(porcja 1100g)= 719,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 1100g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1100g)= 10,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /(porcja 1100g)= 139,00 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1100g)= 31,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 2,80 g Sód (100g)= 37.7 /(porcja 1100g)= 418,50 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /(porcja 480g)= 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 480g)= 24,80 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 480g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 42.1 /(porcja 480g)= 57,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 132.1 /(porcja 555g)= 733,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 555g)= 13,90 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 555g)= 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 555g)= 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /(porcja 555g)= 62,70 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 555g)= 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 555g)= 6,80 g Sól (100g)= .5 /(porcja 555g)= 2,70 g Sód (100g)= 83.1 /(porcja 555g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 278,40 kcal Białko ogółem 70,40 g Tłuszcz 61,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 302,90 g cukry suma 81,30 g Błonnik pokarmowy 50,10 g Sól 7,40 g Sód 1 744,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek CIAZA C02A- Dieta Łatwostrawna	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 726,50 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 31,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,70 g Węglowodny przyswajalne 75,60 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 10,00 g Sól 1,80 g Sód 802,30 mg</p>		<p>Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 807,30 kcal Białko ogółem 38,10 g Tłuszcz 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 117,40 g cukry suma 28,10 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 1,80 g Sód 49,30 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 670,60 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,50 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 351,50 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 276,10 g cukry suma 79,00 g Błonnik pokarmowy 39,40 g Sól 5,70 g Sód 1 370,60 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek CIAŻAC03-Ograniczenie łatw.przys.węglu(Cukrzycowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Twarożek lososiowy z koperkiem 200g (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Jabiko 130g jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz drobiowy naturalny 250g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 894,00 kcal Tłuszcz 14,60 g Białko ogółem 56,50 g Tłuszcz 14,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 133,80 g cukry suma 22,60 g Błonnik pokarmowy 30,40 g Sól 2,00 g Sód 129,70 mg		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 676,50 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 41,00 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,30 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,30 kcal Białko ogółem 143,00 g Tłuszcz 59,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 260,40 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 49,80 g Sól 8,60 g Sód 1 059,10 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek LAKTACJA C02-Dieta łatwostranna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek lososiowy z koperkiem 120g (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 726,50 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 31,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,70 g Węglowodny przyswajalne 75,60 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 10,00 g Sól 1,80 g Sód 802,30 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 807,30 kcal Białko ogółem 38,10 g Tłuszcz 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 117,40 g cukry suma 28,10 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 1,80 g Sód 49,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 670,60 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,50 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 351,50 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 276,10 g cukry suma 79,00 g Błonnik pokarmowy 39,40 g Sól 5,70 g Sód 1 370,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-28 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-28 czwartek	LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.)	Jabłko 130g	Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.)		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.)	Wartość energetyczna[kcal] 2
		Twarożek lososowy z koperkiem 200g (MLE), ogórek 50g	Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE)	Gulasz drobiowy naturalny 250g A (GLU Psz, MLE, SEL,)		Masło roślinne 10g	Ser żółty 30g (MLE)	381,30 kcal
		Herbata bez cukru 250 ml	Herbata bez cukru 250 ml	Gulasz drobiowy naturalny 250g A (GLU Psz, MLE, SEL,)		Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,)	Rukola 10g	Białko ogółem 143,00 g
		Wartość energetyczna[kcal] 441,80 kcal	Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal	Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz,)		Sałatkowa bawarska 120g (JAJ, GOR,)	Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal	Tłuszcz 59,30 g
		Białko ogółem 33,10 g	Białko ogółem 5,70 g	Salatka z buraczków 150g got.		Rukola 10g	Białko ogółem 15,20 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g
		Tłuszcz 14,40 g	Tłuszcz 1,90 g	Herbata bez cukru 250 ml		Skyr naturalny 150g (MLE)	Tłuszcz 10,50 g	Węglowodny przyswajalne 260,40 g
		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 894,00 kcal		Herbata bez cukru 250 ml	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g	cukry suma 62,70 g
		Węglowodny przyswajalne 42,70 g	Węglowodny przyswajalne 19,80 g	Białko ogółem 56,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 676,50 kcal	Węglowodny przyswajalne 23,10 g	Błonnik pokarmowy 49,80 g
		cukry suma 9,60 g	cukry suma 16,00 g	Tłuszcz 14,60 g		Białko ogółem 32,50 g	cukry suma 1,60 g	Sól 8,60 g
		Błonnik pokarmowy 4,90 g	Błonnik pokarmowy 2,10 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g		Tłuszcz 17,90 g	Błonnik pokarmowy 5,00 g	Sód 1 059,10 mg
		Sól 2,10 g	Sól 0,20 g	Węglowodny przyswajalne 133,80 g		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g	Sól 1,30 g	
		Sód 848,70 mg	Sód 65,30 mg	cukry suma 22,60 g		Węglowodny przyswajalne 41,00 g		
				Błonnik pokarmowy 30,40 g		cukry suma 12,90 g		
				Sól 2,00 g		Błonnik pokarmowy 7,40 g		
				Sód 129,70 mg		Sól 3,00 g		
						Sód 15,40 mg		