

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek	D01-Posiłkowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,3 /porcja 570g)= 546,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 570g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 570g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 570g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /porcja 570g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 570g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 570g)= 6,60 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 570g)= 1,80 g Sód (100g)= 125,4 /porcja 570g)= 696,50 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba smażona 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,3 /porcja 1000g)= 803,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1000g)= 35,10 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 1000g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /porcja 1000g)= 116,90 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 1000g)= 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1000g)= 20,10 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1000g)= 0,50 g Sód (100g)= 15 /porcja 1000g)= 150,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE.) 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)= 0,8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (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)= 0,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /porcja 720g)= 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 720g)= 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 720g)= 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /porcja 720g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 720g)= 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 720g)= 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 720g)= 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /porcja 720g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 021,00 kcal Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 249,70 g cukry suma 53,70 g Błonnik pokarmowy 34,00 g Sól 3,00 g Sód 1 369,50 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

25.05.2026

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-05-25 10:58:48

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek	D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /porcja 570g)= 581,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 570g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 570g)= 1,40 g Sód (100g)= 158 /porcja 570g)= 877,70 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1120g)= 877,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1120g)= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 1120g)= 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1120g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1120g)= 99,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,80 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1120g)= 0,90 g Sód (100g)= 27,3 /porcja 1120g)= 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE.) 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)= 0,8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (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)= 0,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /porcja 720g)= 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 720g)= 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 720g)= 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /porcja 720g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 720g)= 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 720g)= 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 720g)= 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /porcja 720g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,50 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 87,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 232,80 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 3,00 g Sód 1 703,70 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-05-25 10:58:48

strona 2 z 15

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 469,20 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 43,10 g cukry suma 10,50 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,80 g Sód 560,60 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 88,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 19,60 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kolekt rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 100g Surówka z kapusty kiszzonej 100g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 586,90 kcal Białko ogółem 20,80 g Tłuszcz 16,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 82,60 g cukry suma 14,80 g Błonnik pokarmowy 17,80 g Sól 0,40 g Sód 79,60 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 115,60 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 15,00 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,90 kcal Białko ogółem 20,10 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 50,00 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 0,40 g Sód 333,90 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 744,70 kcal Białko ogółem 65,90 g Tłuszcz 62,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 210,30 g cukry suma 80,70 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sól 2,80 g Sód 991,60 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 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jecz.) Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 /(porcja 570g) = 500,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 570g) = 20,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 570g) = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 570g) = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /(porcja 570g) = 62,40 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 570g) = 10,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /(porcja 570g) = 4,60 g Sól (100g)= ,5 /(porcja 570g) = 2,50 g Sód (100g)= 73,6 /(porcja 570g) = 408,80 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 /(porcja 350g) = 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 350g) = 5,30 g Tłuszcz (100g)= ,4 /(porcja 350g) = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 350g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 /(porcja 350g) = 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /(porcja 350g) = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,1 /(porcja 350g) = 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g) = 0,10 g Sód (100g)= 16,2 /(porcja 350g) = 55,80 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,9 /(porcja 1100g) = 976,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 1100g) = 45,10 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1100g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /(porcja 1100g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /(porcja 1100g) = 149,00 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 1100g) = 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,3 /(porcja 1100g) = 37,00 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1100g) = 0,70 g Sód (100g)= 17,4 /(porcja 1100g) = 193,40 mg	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata z cukrem 250ml A 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 przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g) = 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jecz.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,9 /(porcja 520g) = 467,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 520g) = 22,30 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 520g) = 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 520g) = 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 520g) = 63,00 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 520g) = 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 520g) = 3,40 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 520g) = 1,70 g Sód (100g)= 11,6 /(porcja 520g) = 61,20 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 130,60 kcal Białko ogółem 98,10 g Tłuszcz 57,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,80 g Węglowodny przyswajalne 299,60 g cukry suma 65,80 g Błonnik pokarmowy 48,20 g Sól 5,20 g Sód 727,00 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 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek D11- Papkowata	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 z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 12,8 /(porcja 500g)= 64,10 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg			Wartość energetyczna[kcal] 2 065,10 kcal Białko ogółem 124,80 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,50 g Węglowodny przyswajalne 226,50 g cukry suma 22,20 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 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 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 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] 2 120,40 kcal Białko ogółem 124,60 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 21,10 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 0,70 g Sód 242,20 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 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.2/(porcja 570g)= 561,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2/(porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4.5/(porcja 570g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7/(porcja 570g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5/(porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1.9/(porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .2/(porcja 570g)= 1,40 g Sód (100g)= 158/(porcja 570g)= 877,70 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26.3/(porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1.5/(porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4/(porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4/(porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3.4/(porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1/(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0/(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16.2/(porcja 350g)= 55,80 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79/(porcja 1120g)= 877,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7/(porcja 1120g)= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 3.2/(porcja 1120g)= 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1120g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9/(porcja 1120g)= 99,60 g cukry suma (100g)= 1.7/(porcja 1120g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 1120g)= 21,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g)= 0,90 g Sód (100g)= 27.3/(porcja 1120g)= 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) 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 przyswajalne (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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 200g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.5/(porcja 800g)= 665,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3/(porcja 800g)= 32,90 g Tłuszcz (100g)= 3.6/(porcja 800g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 800g)= 13,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9/(porcja 800g)= 68,50 g cukry suma (100g)= 2.8/(porcja 800g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6/(porcja 800g)= 4,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 800g)= 0,60 g Sód (100g)= 71.2/(porcja 800g)= 547,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 290,60 kcal Białko ogółem 106,60 g Tłuszcz 93,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,20 g Węglowodny przyswajalne 251,50 g cukry suma 72,50 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 3,20 g Sód 1 791,90 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 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek D03-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego (Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.9/(porcja 570g)= 488,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9/(porcja 570g)= 21,50 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 570g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 570g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9/(porcja 570g)= 43,80 g cukry suma (100g)= 1.1/(porcja 570g)= 6,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 570g)= 8,40 g Sól (100g)= .4/(porcja 570g)= 2,40 g Sód (100g)= 77.8/(porcja 570g)= 432,40 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30.6/(porcja 251g)= 76,40 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 przyswajalne (100g)= 2/(porcja 251g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 1.8/(porcja 251g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1/(porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 6.2/(porcja 251g)= 15,40 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.8/(porcja 1120g)= 841,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 1120g)= 39,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1/(porcja 1120g)= 33,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1120g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9/(porcja 1120g)= 98,80 g cukry suma (100g)= 1/(porcja 1120g)= 10,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8/(porcja 1120g)= 19,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 9.2/(porcja 1120g)= 102,10 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.4/(porcja 720g)= 488,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1/(porcja 720g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3.2/(porcja 720g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 720g)= 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.2/(porcja 720g)= 44,40 g cukry suma (100g)= 1.9/(porcja 720g)= 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 720g)= 7,20 g Sól (100g)= .2/(porcja 720g)= 1,40 g Sód (100g)= 9.8/(porcja 720g)= 69,70 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 161.7/(porcja 110g)= 177,70 kcal Białko ogółem (100g)= 9.5/(porcja 110g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1/(porcja 110g)= 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 110g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 21.5/(porcja 110g)= 23,70 g cukry suma (100g)= 1.5/(porcja 110g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.6/(porcja 110g)= 5,00 g Sól (100g)= 1.1/(porcja 110g)= 1,20 g Sód (100g)= 0/(porcja 110g)= mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 072,60 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 85,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,80 g Węglowodny przyswajalne 215,70 g cukry suma 36,50 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 5,70 g Sód 619,60 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.1 /porcja 585g)= 506,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 585g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /porcja 585g)= 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 585g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /porcja 585g)= 48,00 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 585g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 585g)= 2,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 585g)= 2,50 g Sód (100g)= 72.2 /porcja 585g)= 424,70 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL.) Ryba duszona 100g A bezglutenowa (RYB.) sos szpinakowy 120 bezmleczny, bezglutenowy Ziemniaki 300g A Surówka z kapusty kiszonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.9 /porcja 1220g)= 860,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /porcja 1220g)= 53,10 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 1220g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /porcja 1220g)= 129,00 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 1220g)= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /porcja 1220g)= 20,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,20 g Sód (100g)= 35.2 /porcja 1220g)= 439,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) 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 przyswajalne (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.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /porcja 735g)= 506,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /porcja 735g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 735g)= 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 735g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /porcja 735g)= 48,60 g cukry suma (100g)= 2.8 /porcja 735g)= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 735g)= 1,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 735g)= 1,40 g Sód (100g)= 8.7 /porcja 735g)= 62,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 969,70 kcal Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 79,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 235,60 g cukry suma 61,60 g Błonnik pokarmowy 27,00 g Sól 5,30 g Sód 934,50 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) Masło roślinne 10g Pasta z jaj z koperkiem 120 g b/m (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.3 /porcja 570g)= 557,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /porcja 570g)= 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 570g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g)= 0,40 g Sód (100g)= 87.9 /porcja 570g)= 488,30 mg</p>		<p>Krupnik 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 bezmleczny, bezglutenowy Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.6 /porcja 1220g)= 933,00 kcal Białko ogółem (100g)= 43,30 g Tłuszcz (100g)= 1.7 /porcja 1220g)= 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /porcja 1220g)= 143,30 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 1220g)= 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /porcja 1220g)= 35,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 0,70 g Sód (100g)= 18.9 /porcja 1220g)= 236,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17.9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .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 Zyt.) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.1 /porcja 675g)= 547,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /porcja 675g)= 14,00 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /porcja 675g)= 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 675g)= 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 675g)= 68,30 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 675g)= 17,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 675g)= 6,60 g Sól (100g)= .2 /porcja 675g)= 1,50 g Sód (100g)= 69.1 /porcja 675g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 108,60 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 69,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,30 g Węglowodny przyswajalne 284,90 g cukry suma 62,00 g Błonnik pokarmowy 49,90 g Sól 2,60 g Sód 1 196,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,3 /(porcja 570g)= 546,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 570g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 570g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 570g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /(porcja 570g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 570g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 570g)= 6,60 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 570g)= 1,80 g Sód (100g)= 125,4 /(porcja 570g)= 696,50 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,5 /(porcja 1120g)= 927,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1120g)= 38,30 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 1120g)= 44,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 1120g)= 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /(porcja 1120g)= 99,00 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1120g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1120g)= 19,60 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1120g)= 0,80 g Sód (100g)= 19,6 /(porcja 1120g)= 217,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) 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 przyswajalne (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	chleb żytnio-pszemny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /(porcja 720g)= 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 720g)= 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /(porcja 720g)= 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 720g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /(porcja 720g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 720g)= 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,6 /(porcja 720g)= 4,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 720g)= 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /(porcja 720g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 145,50 kcal Białko ogółem 89,70 g Tłuszcz 92,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 231,80 g cukry suma 54,50 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 3,30 g Sód 1 436,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek CIAŻA CO2A- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszemny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 877,70 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,20 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,30 g Węglowodny przyswajalne 99,60 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 0,90 g Sód 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszemny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 575,70 kcal Białko ogółem 24,30 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 65,00 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,50 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 87,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 232,80 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 3,00 g Sód 1 703,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek CIAZAC03-Ograniczenie ław.przys. węglol(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 596,70 kcal Białko ogółem 30,40 g Tłuszcz 26,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 50,50 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,60 g Sód 431,50 mg	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 76,46 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 150g A (RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 854,40 kcal Białko ogółem 52,60 g Tłuszcz 37,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 90,50 g cukry suma 11,00 g Błonnik pokarmowy 19,60 g Sól 0,90 g Sód 255,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Szynka łostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 555,00 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 48,50 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,60 g Sód 101,20 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golionkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 202,30 kcal Białko ogółem 13,20 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,40 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,80 kcal Białko ogółem 138,30 g Tłuszcz 91,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 218,70 g cukry suma 41,10 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 6,70 g Sód 803,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29 piątek LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 877,70 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,20 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 35,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,30 g Węglowodny przyswajalne 99,60 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 0,90 g Sód 303,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 575,70 kcal Białko ogółem 24,30 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 65,00 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 110,50 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 87,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 232,80 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 3,00 g Sód 1 703,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-29 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-29	piątek LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węgla (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 596,70 kcal Tłuszcz 26,50 g Białko ogółem 30,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 50,50 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,60 g Sód 431,50 mg	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 150g A (RYB.) sos szpinakowy 120 ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 854,40 kcal Białko ogółem 52,60 g Tłuszcz 37,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 90,50 g cukry suma 11,00 g Błonnik pokarmowy 19,60 g Sól 0,90 g Sód 255,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Szynka iostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 555,00 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 48,50 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,60 g Sód 101,20 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 202,30 kcal Białko ogółem 13,20 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,40 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,80 kcal Białko ogółem 138,30 g Tłuszcz 91,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 218,70 g cukry suma 41,10 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 6,70 g Sód 803,60 mg