

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota D01-Podstawowa	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennie-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,4 /porcja 520g = 512,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,8 /porcja 520g = 30,40 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 520g = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 520g = 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 520g = 55,50 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 520g = 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 520g = 6,30 g Sól (100g)= ,5 /porcja 520g = 2,40 g Sód (100g)= 74,1 /porcja 520g = 390,20 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,7 /porcja 1100g = 952,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1100g = 40,50 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1100g = 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /porcja 1100g = 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 1100g = 134,10 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 1100g = 23,60 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1100g = 1,40 g Sód (100g)= 4,4 /porcja 1100g = 49,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= ,3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g = 59,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 /porcja 520g = 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 520g = 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 520g = 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 520g = 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g = 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 520g = 6,70 g Sól (100g)= ,2 /porcja 520g = 0,90 g Sód (100g)= 91,6 /porcja 520g = 482,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 151,90 kcal Białko ogółem 100,70 g Tłuszcz 64,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 276,20 g cukry suma 67,30 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sól 4,90 g Sód 980,60 mg</p>	

25.05.2026. chept
STARSZY DIETETYK
mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota D02-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,2 /porcja 480g = 539,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6,6 /porcja 480g = 31,20 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 480g = 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /porcja 480g = 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 480g = 61,90 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 480g = 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 480g = 4,80 g Sól (100g)= ,4 /porcja 480g = 2,00 g Sód (100g)= 119,3 /porcja 480g = 568,00 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,6 /porcja 1100g = 817,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1100g = 42,00 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1100g = 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /porcja 1100g = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 /porcja 1100g = 110,00 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1100g = 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g = 26,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g = 0,30 g Sód (100g)= 5,1 /porcja 1100g = 56,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= ,3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g = 59,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 /porcja 520g = 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 520g = 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 520g = 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 520g = 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g = 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 520g = 6,70 g Sól (100g)= ,2 /porcja 520g = 0,90 g Sód (100g)= 91,6 /porcja 520g = 482,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 043,00 kcal Białko ogółem 103,00 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 258,50 g cukry suma 58,80 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sól 3,40 g Sód 1 165,90 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-30 sobota 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) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE), rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 435,80 kcal Białko ogółem 27,70 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,00 g Węglowodny przyswajalne 40,80 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 2,30 g Sód 254,30 mg	Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 47,50 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 9,60 g cukry suma 9,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 1,90 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza gryczana gotowana 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 671,50 kcal Białko ogółem 33,20 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 87,10 g cukry suma 17,20 g Błonnik pokarmowy 18,40 g Sól 0,80 g Sód 49,10 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 170,40 kcal Białko ogółem 4,20 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 33,10 g cukry suma 19,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g Sód 11,00 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,50 kcal Białko ogółem 20,10 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 41,70 g cukry suma 8,90 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,70 g Sód 301,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 767,70 kcal Białko ogółem 85,60 g Tłuszcz 57,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 212,30 g cukry suma 66,90 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sól 3,90 g Sód 617,40 mg		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-30 sobota D05-Laktowstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99 //(porcja 480g)= 471,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,6 //(porcja 480g)= 31,20 g Tłuszcz (100g)= 1,8 //(porcja 480g)= 8,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 //(porcja 480g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 //(porcja 480g)= 65,90 g cukry suma (100g)= 2,6 //(porcja 480g)= 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 //(porcja 480g)= 3,70 g Sól (100g)= 0,7 //(porcja 480g)= 3,20 g Sód (100g)= 24 //(porcja 480g)= 114,10 mg	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 //(porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 //(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= 0,5 //(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 //(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 //(porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 //(porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 //(porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 //(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 //(porcja 350g)= 7,80 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,6 //(porcja 1100g)= 817,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 //(porcja 1100g)= 42,00 g Tłuszcz (100g)= 1,5 //(porcja 1100g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 //(porcja 1100g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 //(porcja 1100g)= 110,00 g cukry suma (100g)= 1,4 //(porcja 1100g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 //(porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= 0 //(porcja 1100g)= 0,30 g Sód (100g)= 5,1 //(porcja 1100g)= 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 //(porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 //(porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= 0,3 //(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 //(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 //(porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 //(porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5 //(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 //(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8 //(porcja 500g)= 59,00 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 //(porcja 460g)= 403,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 //(porcja 460g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 2,2 //(porcja 460g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 //(porcja 460g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 //(porcja 460g)= 59,60 g cukry suma (100g)= 1,6 //(porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 //(porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= 0,5 //(porcja 460g)= 2,20 g Sód (100g)= 1,7 //(porcja 460g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 933,10 kcal Białko ogółem 100,20 g Tłuszcz 38,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,50 g Węglowodny przyswajalne 278,80 g cukry suma 61,70 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 6,00 g Sód 245,30 mg		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-30 sobota 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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g)= 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] 2 069,10 kcal Białko ogółem 123,60 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 234,50 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,70 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 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-05-30 sobota D12- Płynna wzmocniona	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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g)= 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)= 8,70 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] 2 062,80 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,60 g Sód 227,80 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 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota D07 - Bogalbiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ), twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,2/(porcja 480g)= 539,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6,6/(porcja 480g)= 31,20 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 480g)= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1/(porcja 480g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13/(porcja 480g)= 61,90 g cukry suma (100g)= 2,6/(porcja 480g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 480g)= 4,60 g Sól (100g)= 4/(porcja 480g)= 2,00 g Sód (100g)= 119,3/(porcja 480g)= 568,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9/(porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1/(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= 5/(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2/(porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5/(porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 350g)= 0 g Sól (100g)= 0/(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3/(porcja 350g)= 7,80 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL), Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,6/(porcja 1100g)= 817,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8/(porcja 1100g)= 42,00 g Tłuszcz (100g)= 1,5/(porcja 1100g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 1100g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9/(porcja 1100g)= 110,00 g cukry suma (100g)= 1,4/(porcja 1100g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4/(porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= 0/(porcja 1100g)= 0,30 g Sód (100g)= 5,1/(porcja 1100g)= 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3/(porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3/(porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= 0,3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1/(porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2/(porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5/(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8/(porcja 500g)= 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ), Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6/(porcja 520g)= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5/(porcja 520g)= 23,60 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 520g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6/(porcja 520g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 1,8/(porcja 520g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3/(porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= 2/(porcja 520g)= 0,90 g Sód (100g)= 91,6/(porcja 520g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,70 kcal Białko ogółem 106,30 g Tłuszcz 58,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 276,50 g cukry suma 63,80 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sól 3,50 g Sód 1 173,70 mg	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota D03-Z ograniczeniem: latwo przys. weg.(Calkowicowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ), twarożek 60g A (MLE), rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76/(porcja 520g)= 400,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9/(porcja 520g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6/(porcja 520g)= 13,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5/(porcja 520g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4/(porcja 520g)= 39,00 g cukry suma (100g)= 1,1/(porcja 520g)= 5,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 520g)= 8,00 g Sól (100g)= 5/(porcja 520g)= 2,80 g Sód (100g)= 15,9/(porcja 520g)= 83,80 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4/(porcja 500g)= 122,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3/(porcja 500g)= 6,30 g Tłuszcz (100g)= 0,3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,1/(porcja 500g)= 20,40 g cukry suma (100g)= 3,2/(porcja 500g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5/(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 13,3/(porcja 500g)= 66,60 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL), Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,8/(porcja 1100g)= 919,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7/(porcja 1100g)= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 2,1/(porcja 1100g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4/(porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3/(porcja 1100g)= 125,60 g cukry suma (100g)= 1,7/(porcja 1100g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2/(porcja 1100g)= 24,70 g Sól (100g)= 1/(porcja 1100g)= 1,50 g Sód (100g)= 5,1/(porcja 1100g)= 56,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3/(porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3/(porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= 0,3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1/(porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2/(porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5/(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8/(porcja 500g)= 59,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Rukola 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ), Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87/(porcja 520g)= 458,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1/(porcja 520g)= 21,70 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 520g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7/(porcja 520g)= 40,60 g cukry suma (100g)= 1/(porcja 520g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8/(porcja 520g)= 9,60 g Sól (100g)= 3/(porcja 520g)= 1,70 g Sód (100g)= 7/(porcja 520g)= 36,90 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250,1/(porcja 100g)= 250,10 kcal Białko ogółem (100g)= 15,2/(porcja 100g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 10,5/(porcja 100g)= 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 7,4/(porcja 100g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 23,1/(porcja 100g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 100g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5/(porcja 100g)= 5,00 g Sól (100g)= 1,3/(porcja 100g)= 1,30 g Sód (100g)= 0/(porcja 100g)= 0 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,20 kcal Białko ogółem 109,30 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,80 g Węglowodny przyswajalne 248,70 g cukry suma 47,10 g Błonnik pokarmowy 49,60 g Sól 7,50 g Sód 244,10 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurczak 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,9 /porcja 535g)= 3,3 /porcja 535g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 535g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 535g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /porcja 535g)= 42,30 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 535g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 535g)= 2,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,60 g Sód (100g)= 14,5 /porcja 535g)= 76,20 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL.) Kasza gryczana 250g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,1 /porcja 1150g)= 1 001,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1150g)= 39,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 1150g)= 33,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1150g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 /porcja 1150g)= 126,60 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1150g)= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1150g)= 21,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 1150g)= 1,90 g Sód (100g)= 22,6 /porcja 1150g)= 251,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g)= 59,00 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,4 /porcja 570g)= 530,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 570g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4,9 /porcja 570g)= 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 570g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /porcja 570g)= 54,00 g cukry suma (100g)= 8,7 /porcja 570g)= 48,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 570g)= 6,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 570g)= 1,40 g Sód (100g)= 5,3 /porcja 570g)= 29,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 104,20 kcal Białko ogółem 78,80 g Tłuszcz 80,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 248,20 g cukry suma 103,20 g Błonnik pokarmowy 32,00 g Sól 5,10 g Sód 416,10 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101 /porcja 445g)= 45,9,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /porcja 445g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 445g)= 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 445g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,6 /porcja 445g)= 66,60 g cukry suma (100g)= 9,7 /porcja 445g)= 44,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 445g)= 7,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 445g)= 1,80 g Sód (100g)= 101,4 /porcja 445g)= 460,80 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL.) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,6 /porcja 1150g)= 995,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1150g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 1150g)= 42,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1150g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1150g)= 99,70 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1150g)= 13,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1150g)= 23,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 1150g)= 0,80 g Sód (100g)= 23,3 /porcja 1150g)= 259,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,8 /porcja 400g)= 11,00 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /porcja 490g)= 485,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 490g)= 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /porcja 490g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 490g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 490g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 490g)= 7,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 490g)= 0,80 g Sód (100g)= 92,2 /porcja 490g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 012,00 kcal Białko ogółem 83,10 g Tłuszcz 72,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalne 236,70 g cukry suma 79,50 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 3,40 g Sód 1 191,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota We- Węgetariańska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,5/(porcja 545g)= 563,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6/(porcja 545g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 545g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2/(porcja 545g)= 12,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8/(porcja 545g)= 65,50 g cukry suma (100g)= 9,3/(porcja 545g)= 51,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 545g)= 9,10 g Sól (100g)= .2/(porcja 545g)= 1,00 g Sód (100g)= 68,3/(porcja 545g)= 379,60 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz warzywny 200g (GLU Psz) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,8/(porcja 1100g)= 875,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5/(porcja 1100g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 2,1/(porcja 1100g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1100g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7/(porcja 1100g)= 129,40 g cukry suma (100g)= 2,3/(porcja 1100g)= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4/(porcja 1100g)= 26,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,2/(porcja 1100g)= 35,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3/(porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3/(porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3/(porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1/(porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2/(porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5/(porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8/(porcja 500g)= 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,3/(porcja 580g)= 602,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 580g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8/(porcja 580g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 580g)= 60,50 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 580g)= 6,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 580g)= 0,40 g Sód (100g)= 82/(porcja 580g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,40 kcal Białko ogółem 82,40 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 280,70 g cukry suma 108,40 g Błonnik pokarmowy 44,20 g Sól 3,00 g Sód 956,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota CIAŻA COZA- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 539,00 kcal Białko ogółem 31,20 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 61,90 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 2,00 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 817,30 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 110,00 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 0,30 g Sód 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,30 kcal Białko ogółem 23,60 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,90 g Sód 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 043,00 kcal Białko ogółem 103,00 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 256,50 g cukry suma 58,80 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sól 3,40 g Sód 1 165,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota CIAZAC03-Ograniczenie łatw. przys. węglu (Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) Twarożek 120g A (MLE.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 33,00 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 41,10 g cukry suma 8,20 g Błonnik pokarmowy 8,00 g Sól 2,80 g Sód 72,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 919,70 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 125,60 g cukry suma 18,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 1,50 g Sód 56,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 636,80 kcal Białko ogółem 47,90 g Tłuszcz 26,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g Węglowodny przyswajalne 47,50 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 2,10 g Sód 36,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 40g (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] 2 400,10 kcal Białko ogółem 143,00 g Tłuszcz 79,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,90 g Węglowodny przyswajalne 257,70 g cukry suma 55,80 g Błonnik pokarmowy 49,60 g Sól 7,90 g Sód 231,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 539,00 kcal Białko ogółem 31,20 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 61,90 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 2,00 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 817,30 kcal Białko ogółem 42,00 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 110,00 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 0,30 g Sód 56,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 545,30 kcal Białko ogółem 23,60 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,90 g Sód 482,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 043,00 kcal Białko ogółem 103,00 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 258,50 g cukry suma 58,80 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sól 3,40 g Sód 1 165,90 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-30 sobota LAKTACJAC03-D. z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne 10g Filet kruchy 60g (GLU Psz, SOJ,) Twarożek 120g A (MLE,) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 33,00 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 41,10 g cukry suma 8,20 g Błonnik pokarmowy 8,00 g Sól 2,80 g Sód 72,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 919,70 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 125,60 g cukry suma 18,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 1,50 g Sód 56,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR,) Skyr naturalny 150g (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 617,90 kcal Białko ogółem 47,80 g Tłuszcz 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 47,50 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 2,10 g Sód 36,00 mg	Pieczywo 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] 2 381,20 kcal Białko ogółem 142,90 g Tłuszcz 77,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,70 g Węglowodny przyswajalne 257,70 g cukry suma 55,70 g Błonnik pokarmowy 49,60 g Sól 7,90 g Sód 231,70 mg