

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela D01-Podstawowa	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /(porcja 510g)= 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 510g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,5 /(porcja 510g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 510g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /(porcja 510g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 510g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /(porcja 510g)= 10,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 510g)= 1,60 g Sód (100g)= 71,4 /(porcja 510g)= 356,80 mg</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,5 /(porcja 1120g)= 860,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 1120g)= 37,40 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 1120g)= 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 1120g)= 113,90 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 1120g)= 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1120g)= 19,90 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,50 g Sód (100g)= 6,2 /(porcja 1120g)= 68,80 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /(porcja 530g)= 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 530g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,9 /(porcja 530g)= 20,70 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 530g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,8 /(porcja 530g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) 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)= 103,7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /(porcja 460g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 196,20 kcal Białko ogółem 105,70 g Tłuszcz 81,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,60 g Węglowodny przyswajalne 258,10 g cukry suma 64,50 g Błonnik pokarmowy 36,60 g Sól 4,30 g Sód 897,00 mg</p>	

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

25.05.2026 chept

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela D02-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6 /(porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /(porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /(porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /(porcja 570g)= 627,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,8 /(porcja 1120g)= 697,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /(porcja 1120g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 1120g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 /(porcja 1120g)= 93,00 g cukry suma (100g)= 1,2 /(porcja 1120g)= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 1120g)= 11,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 6 /(porcja 1120g)= 66,80 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Skr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,7 /(porcja 550g)= 153,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 550g)= 18,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 550g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 550g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,3 /(porcja 550g)= 18,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 550g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 550g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 550g)= 0,20 g Sód (100g)= 3 /(porcja 550g)= 16,90 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) 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)= 103,7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /(porcja 460g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 003,80 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 65,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 56,40 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 2,20 g Sód 1 172,80 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela DZIECI POI:B-Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 623,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 53,10 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 1,50 g Sód 220,90 mg	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g Sód 3,20 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 100g Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 701,60 kcal Białko ogółem 34,60 g Tłuszcz 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 89,30 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 19,20 g Sól 0,90 g Sód 62,80 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Skrzy owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 163,60 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 26,50 g cukry suma 26,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 368,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 36,10 g cukry suma 6,40 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 907,60 kcal Białko ogółem 93,70 g Tłuszcz 75,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,90 g Węglowodny przyswajalne 215,20 g cukry suma 71,00 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 3,30 g Sód 575,20 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 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela D05-Lahwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twaróg naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,4 /porcja 570g)= 613,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /porcja 570g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 570g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 570g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 /porcja 570g)= 82,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 570g)= 8,60 g Sól (100g)= 4 /porcja 570g)= 2,00 g Sód (100g)= 31,2 /porcja 570g)= 173,50 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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 54,5 /porcja 1000g)= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 1000g)= 26,20 g Tłuszcz (100g)= 0,7 /porcja 1000g)= 7,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1000g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8 /porcja 1000g)= 87,90 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 1000g)= 12,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,40 g Sód (100g)= 16,1 /porcja 1000g)= 161,20 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrzy naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 550g)= 173,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g)= 18,40 g Tłuszcz (100g)= 0,1 /porcja 550g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 550g)= 23,50 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 550g)= 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 550g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 550g)= 9,30 mg	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix салат 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] 1 834,70 kcal Białko ogółem 96,00 g Tłuszcz 35,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,40 g Węglowodny przyswajalne 271,50 g cukry suma 70,80 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 4,90 g Sód 359,60 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 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela	D11- Papkowiata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g)= 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml 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] 2 086,10 kcal Białko ogółem 138,40 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 227,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g)= 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g)= 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g)= 35,90 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,80 kcal Białko ogółem 129,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 235,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela D07- Bogatobiałkowa	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6 /porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= 1 /porcja 570g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /porcja 570g)= 627,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1sz1-100g (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)= g Sól (100g)= 0 /porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g)= 7,80 mg</p>	<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,8 /porcja 1120g)= 697,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /porcja 1120g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 1120g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 /porcja 1120g)= 93,00 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 1120g)= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 1120g)= 11,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 6 /porcja 1120g)= 66,80 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /porcja 550g)= 173,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 550g)= 18,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 550g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 550g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 550g)= 23,50 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 550g)= 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 550g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 550g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 550g)= 9,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) 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)= 103,7 /porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 122,70 kcal Białko ogółem 99,20 g Tłuszcz 67,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 268,70 g cukry suma 66,40 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 2,30 g Sód 1 173,00 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 7 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-05-25 12:10:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 /porcja 510g)= 465,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 510g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /porcja 510g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 510g)= 37,00 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 510g)= 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 510g)= 2,00 g Sód (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 24,00 mg</p>	<p>Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,5 /porcja 530g)= 144,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 530g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3 /porcja 530g)= 15,70 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 530g)= 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,30 mg</p>	<p>Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,7 /porcja 1120g)= 841,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 1120g)= 37,50 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 1120g)= 108,90 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 1,60 g Sód (100g)= 6,9 /porcja 1120g)= 76,50 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,5 /porcja 460g)= 384,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 460g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 460g)= 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 /porcja 460g)= 35,00 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 460g)= 2,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Sól (100g)= .4 /porcja 460g)= 1,90 g Sód (100g)= 3,6 /porcja 460g)= 16,30 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138,2 /porcja 130g)= 179,40 kcal Białko ogółem (100g)= 8,9 /porcja 130g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 130g)= 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 130g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,9 /porcja 130g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 130g)= 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 130g)= 4,90 g Sól (100g)= 1,2 /porcja 130g)= 1,50 g Sód (100g)= 1,8 /porcja 130g)= 2,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 015,40 kcal Białko ogółem 106,50 g Tłuszcz 76,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,30 g Węglowodny przyswajalne 219,80 g cukry suma 43,40 g Błonnik pokarmowy 42,30 g Sól 7,20 g Sód 136,50 mg</p>

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 8 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-05-25 12:10:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-ZsZt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 525g)= 484,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 525g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 5,4 /(porcja 525g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 525g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 /(porcja 525g)= 41,20 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 525g)= 11,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 525g)= 2,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 525g)= 16,30 mg</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutnowa (SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,5 /(porcja 1220g)= 1 031,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 1220g)= 41,20 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1220g)= 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1220g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /(porcja 1220g)= 155,20 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1220g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /(porcja 1220g)= 35,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 1,60 g Sód (100g)= 8,9 /(porcja 1220g)= 110,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Syr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31,2 /(porcja 530g)= 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 530g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,9 /(porcja 530g)= 20,70 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 530g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,8 /(porcja 530g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,3 /(porcja 475g)= 406,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 475g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 475g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 475g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 475g)= 38,80 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 475g)= 9,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,40 g Sód (100g)= 1,8 /(porcja 475g)= 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 086,10 kcal Białko ogółem 88,40 g Tłuszcz 77,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 255,90 g cukry suma 66,50 g Błonnik pokarmowy 40,80 g Sól 5,30 g Sód 145,60 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela ML- Bezmielczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96,4 /(porcja 625g)= 602,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 625g)= 23,80 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 625g)= 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 625g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 625g)= 65,60 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 625g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 625g)= 7,70 g Sól (100g)= .2 /(porcja 625g)= 1,50 g Sód (100g)= 7,5 /(porcja 625g)= 468,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 53,7 /(porcja 1220g)= 670,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 /(porcja 1220g)= 29,30 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /(porcja 1220g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 /(porcja 1220g)= 97,10 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 1220g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 1220g)= 16,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1220g)= 0,30 g Sód (100g)= 9 /(porcja 1220g)= 112,60 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 14,5 /(porcja 400g)= 57,90 kcal Białko ogółem (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,40 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,1 /(porcja 400g)= 12,40 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 400g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 400g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sód (100g)= 4,2 /(porcja 400g)= 16,90 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Miód porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,1 /(porcja 485g)= 548,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /(porcja 485g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 485g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 485g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,9 /(porcja 485g)= 75,50 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 485g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 485g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,00 g Sód (100g)= 97,1 /(porcja 485g)= 462,50 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 879,10 kcal Białko ogółem 71,00 g Tłuszcz 60,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g Węglowodny przyswajalne 250,60 g cukry suma 46,20 g Błonnik pokarmowy 29,90 g Sól 2,80 g Sód 1 060,40 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela We- Wegetarińska	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt, MLE) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 30g (GLU Psz, GLU Zyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /porcja 510g)= 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6.5 /porcja 510g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6.5 /porcja 510g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 510g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 /porcja 510g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 510g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 510g)= 10,50 g Sól (100g)= 3 /porcja 510g)= 1,60 g Sód (100g)= 71.4 /porcja 510g)= 356,80 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g A Gulasz warzywny z brokulami i soczewicą 200g (GLU Psz, MLE) Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR, MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 54 /porcja 1100g)= 600,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2 /porcja 1100g)= 13,60 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /porcja 1100g)= 14,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 1100g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 1100g)= 99,10 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 1100g)= 25,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 1100g)= 11,90 g Sól (100g)= 2 /porcja 1100g)= 2,40 g Sód (100g)= 38.5 /porcja 1100g)= 427,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 31.2 /porcja 530g)= 164,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 530g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 530g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.9 /porcja 530g)= 20,70 g cukry suma (100g)= 3.9 /porcja 530g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 530g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 530g)= 0,20 g Sód (100g)= 1.8 /porcja 530g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Pasztet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR, MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135.4 /porcja 510g)= 676,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 510g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 8.1 /porcja 510g)= 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 510g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 510g)= 59,90 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 510g)= 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 510g)= 6,60 g Sól (100g)= 4 /porcja 510g)= 1,90 g Sód (100g)= 92.3 /porcja 510g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 141,60 kcal Białko ogółem 80,00 g Tłuszcz 87,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,40 g Węglowodny przyswajalne 247,50 g cukry suma 67,50 g Błonnik pokarmowy 30,90 g Sól 6,10 g Sód 1 255,90 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela CIAŻA COZ- Dieta Laktowstrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz, MLE) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 831,60 kcal Białko ogółem 35,60 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,40 g Węglowodny przyswajalne 107,00 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 16,40 g Sól 3,20 g Sód 1 220,30 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 173,10 kcal Białko ogółem 18,40 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 1,50 g Sól 0,20 g Sód 9,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR, MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 156,90 kcal Białko ogółem 101,90 g Tłuszcz 69,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 264,70 g cukry suma 60,50 g Błonnik pokarmowy 31,70 g Sól 5,20 g Sód 2 318,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela CIAZĄC03-Ograniczenie tłuszczu, przys. węglowod. (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 584,80 kcal Białko ogółem 34,40 g Tłuszcz 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalne 37,50 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE.) Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 144,90 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 15,70 g cukry suma 15,40 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 0,20 g Sód 17,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 786,80 kcal Białko ogółem 46,40 g Tłuszcz 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 108,90 g cukry suma 18,40 g Błonnik pokarmowy 19,90 g Sól 1,60 g Sód 76,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 40,00 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g Sód 68,80 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,90 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,70 kcal Białko ogółem 143,10 g Tłuszcz 82,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,70 g Węglowodny przyswajalne 226,30 g cukry suma 49,10 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 7,70 g Sód 186,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela LAKTACJA C02-Dieta łatwastrama	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 697,70 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 93,00 g cukry suma 12,80 g Błonnik pokarmowy 11,10 g Sól 0,20 g Sód 66,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 173,10 kcal Białko ogółem 18,40 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 1,50 g Sól 0,20 g Sód 9,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 023,00 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 65,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 250,70 g cukry suma 61,40 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 2,20 g Sód 1 165,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-05-31 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-31 niedziela LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyśwajaniem (Cukrzyca)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Ser żółty 60g A (MLE,)</p> <p>Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ,)</p> <p>Pomidor 100g-2szt</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 584,80 kcal</p> <p>Białko ogółem 34,40 g</p> <p>Tłuszcz 32,30 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 37,50 g</p> <p>cukry suma 5,20 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 8,40 g</p> <p>Sól 2,00 g</p> <p>Sód 23,10 mg</p>	<p>Skyr naturalny 150g (MLE,)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 144,90 kcal</p> <p>Białko ogółem 18,50 g</p> <p>Tłuszcz 0,40 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 15,70 g</p> <p>cukry suma 15,40 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 1,90 g</p> <p>Sól 0,20 g</p> <p>Sód 17,30 mg</p>	<p>Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL,)</p> <p>Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,)</p> <p>Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE,)</p> <p>Ziemniaki 200g a</p> <p>Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR,)</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 786,80 kcal</p> <p>Białko ogółem 46,40 g</p> <p>Tłuszcz 19,90 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 108,90 g</p> <p>cukry suma 18,40 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 19,90 g</p> <p>Sól 1,60 g</p> <p>Sód 76,50 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)</p> <p>Masło roślinne 10g</p> <p>Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,)</p> <p>Twarożek 120g A (MLE,)</p> <p>Mix sałat z olejem i marchewką 50g</p> <p>Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal</p> <p>Białko ogółem 28,70 g</p> <p>Tłuszcz 25,30 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 40,00 g</p> <p>cukry suma 7,40 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 7,20 g</p> <p>Sól 2,00 g</p> <p>Sód 68,80 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,)</p> <p>Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g</p> <p>Papryka świeża 30g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal</p> <p>Białko ogółem 15,10 g</p> <p>Tłuszcz 4,60 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 24,20 g</p> <p>cukry suma 2,70 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 5,30 g</p> <p>Sól 1,90 g</p> <p>Sód 0,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 245,70 kcal</p> <p>Białko ogółem 143,10 g</p> <p>Tłuszcz 82,50 g</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,70 g</p> <p>Węglowodny przyswajalny 226,30 g</p> <p>cukry suma 49,10 g</p> <p>Błonnik pokarmowy 42,70 g</p> <p>Sól 7,70 g</p> <p>Sód 186,50 mg</p>