

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela D01-Podstawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennno-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		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.9 /(porcja 1120g)= 1 032,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1120g)= 38,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 1120g)= 38,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 1120g)= 119,90 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1120g)= 24,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1120g)= 24,00 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,50 g Sód (100g)= 4.9 /(porcja 1120g)= 54,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /(porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /(porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /(porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /(porcja 400g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.4 /(porcja 520g)= 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 520g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 520g)= 55,50 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 520g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87.7 /(porcja 520g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 546,70 kcal Białko ogółem 101,90 g Tłuszcz 89,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,10 g Węglowodny przyswajalne 264,70 g cukry suma 70,90 g Błonnik pokarmowy 39,00 g Sól 5,10 g Sód 881,10 mg	

09.06.26. dietę
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela D02-Lawstrawna	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		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszka i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.2 /(porcja 1120g)= 846,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1120g)= 42,00 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 1120g)= 117,60 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1120g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1120g)= 27,80 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 12.9 /(porcja 1120g)= 143,40 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23.3 /(porcja 350g)= 80,40 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)= 3.8 /(porcja 350g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 350g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 4.5 /(porcja 350g)= 15,40 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.4 /(porcja 520g)= 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 520g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 520g)= 55,50 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 520g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87.7 /(porcja 520g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 278,00 kcal Białko ogółem 92,30 g Tłuszcz 62,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,50 g Węglowodny przyswajalne 264,60 g cukry suma 48,30 g Błonnik pokarmowy 41,80 g Sól 3,40 g Sód 1 247,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) 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	Kalafirowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLU Psz) Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR) herbata ośzka róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 789,70 kcal Białko ogółem 31,60 g Tłuszcz 32,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 83,60 g cukry suma 17,80 g Błonnik pokarmowy 15,90 g Sól 1,00 g Sód 93,70 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Syr 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 Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salaika bawrska 60g (JAJ, SEL, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 395,60 kcal Białko ogółem 12,20 g Tłuszcz 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 43,10 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,20 g Sól 1,30 g Sód 280,50 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 022,80 kcal Białko ogółem 89,00 g Tłuszcz 78,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,00 g Węglowodny przyswajalne 216,50 g cukry suma 74,70 g Błonnik pokarmowy 31,40 g Sól 3,80 g Sód 606,10 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 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 naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 /porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 /porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 /porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16,2 /porcja 350g)= 55,80 mg	Kalafirowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszka i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,3 /porcja 1000g)= 843,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1000g)= 36,30 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 1000g)= 26,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 1000g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1 /porcja 1000g)= 101,00 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 1000g)= 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1000g)= 22,50 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1000g)= 0,60 g Sód (100g)= 15,8 /porcja 1000g)= 157,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Syr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g)= 7,80 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,6 /porcja 420g)= 361,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 420g)= 17,70 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 420g)= 4,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 420g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,4 /porcja 420g)= 60,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 420g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 420g)= 3,60 g Sól (100g)= 5 /porcja 420g)= 2,20 g Sód (100g)= 1,9 /porcja 420g)= 7,80 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 051,60 kcal Białko ogółem 104,40 g Tłuszcz 49,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 280,20 g cukry suma 78,30 g Błonnik pokarmowy 34,90 g Sól 4,90 g Sód 402,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14, niedziela D11- Papiłowata	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 owocowy 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /(porcja 650g) = 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 650g) = 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 650g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 650g) = 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 650g) = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g) = 0,10 g Sód (100g)= 7,6 /(porcja 650g) = 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Paka (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] 2 113,10 kcal Białko ogółem 134,80 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 238,00 g cukry suma 34,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,60 g Sód 265,30 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14, 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,) 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 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 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 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(porcja 1g) = 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g) = 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g) = 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g) = 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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] 2 062,80 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 dan i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela D07- Bogatobiałkowa	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)= 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	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1sz1-100g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4 /porcja 400g = 97,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 400g = 18,10 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= .1 /porcja 400g = 0,20 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 400g = 15,40 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata czika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /porcja 1120g = 940,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1120g = 38,30 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1120g = 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 1120g = 110,50 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 19,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1120g = 23,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 0,60 g Sód (100g)= 14,4 /porcja 1120g = 159,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skr owocowy 150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Salaika bawarska 120g (JAJ, GOR), Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127,4 /porcja 520g = 670,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g = 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 520g = 55,50 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g = 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 520g = 4,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g = 2,00 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 520g = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 526,00 kcal Białko ogółem 105,10 g Tłuszcz 77,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,80 g Węglowodny przyswajalne 281,20 g cukry suma 82,80 g Błonnik pokarmowy 37,60 g Sól 3,50 g Sód 1 312,40 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego (Cukrzyca)	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	Herbata bez cukru 250 ml Skr naturalny 150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4 /porcja 400g = 97,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 400g = 18,10 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 400g = 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= .1 /porcja 400g = 0,20 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 400g = 15,40 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Surówka wajska 150g G (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,2 /porcja 1120g = 1 012,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1120g = 38,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 1120g = 38,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /porcja 1120g = 114,90 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1120g = 24,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 1,60 g Sód (100g)= 5,6 /porcja 1120g = 62,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Salaika bawarska 120g (JAJ, GOR), Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,8 /porcja 520g = 583,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 520g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,6 /porcja 520g = 34,80 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 520g = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 520g = 7,40 g Sól (100g)= .5 /porcja 520g = 2,90 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 520g = 16,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Kiełbasa pieprzowa-wędliną 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 338,80 kcal Białko ogółem 106,20 g Tłuszcz 84,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,90 g Węglowodny przyswajalne 216,10 g cukry suma 39,50 g Błonnik pokarmowy 44,70 g Sól 8,20 g Sód 120,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt 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>Kalaforowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa i bezmleczna (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,9 /porcja 1220g = 923,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 1220g = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1220g = 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1220g = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 1220g = 131,90 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1220g = 27,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /porcja 1220g = 32,60 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g = 1,60 g Sód (100g)= 12,9 /porcja 1220g = 161,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szyunka kostowa z kurcząt 40g (SOJ) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,8 /porcja 535g = 604,30 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 535g = 9,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 535g = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 535g = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 535g = 38,80 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 535g = 13,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 535g = 1,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 535g = 2,60 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 535g = 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 155,50 kcal Białko ogółem 73,00 g Tłuszcz 75,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,50 g Węglowodny przyswajalne 233,40 g cukry suma 74,20 g Błonnik pokarmowy 36,50 g Sól 6,30 g Sód 194,40 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /porcja 575g = 541,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 575g = 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 575g = 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 575g = 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 575g = 65,30 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 575g = 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 575g = 7,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 575g = 1,50 g Sód (100g)= 79,6 /porcja 575g = 468,40 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona bezglutenowa 100g (JAJ) Sos naturalny 120g A bez mleczny kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,4 /porcja 1170g = 771,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1170g = 42,10 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1170g = 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1170g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /porcja 1170g = 90,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1170g = 18,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1170g = 21,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 1170g = 0,80 g Sód (100g)= 24,1 /porcja 1170g = 267,40 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 15,2 /porcja 450g = 68,90 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /porcja 450g = 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 450g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 450g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,1 /porcja 450g = 14,00 g cukry suma (100g)= 0 /porcja 450g = g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 450g = 2,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g = g Sód (100g)= 3,4 /porcja 450g = 15,40 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 126,9 /porcja 520g = 667,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g = 16,40 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g = 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 520g = 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 520g = 55,50 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g = 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 520g = 4,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g = 2,00 g Sód (100g)= 87,5 /porcja 520g = 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 049,30 kcal Białko ogółem 77,80 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,20 g Węglowodny przyswajalne 224,90 g cukry suma 43,60 g Błonnik pokarmowy 36,90 g Sól 4,30 g Sód 1 212,00 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela We- Wegielnianska	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennno-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>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Gulasz warzywny z brokulami i soczewicą 200g (GLU Psz.) Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,2 /porcja 1100g)= 713,30 kcal Białko ogółem (100g)= 1,9 /porcja 1100g)= 21,10 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1100g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1100g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 /porcja 1100g)= 93,60 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 1100g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,20 g Sól (100g)= 1 /porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 38,9 /porcja 1100g)= 431,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g)= 7,50 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka bawarska 150g (JAJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138,7 /porcja 535g)= 730,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 /porcja 535g)= 11,30 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 535g)= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 535g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 535g)= 64,40 g cukry suma (100g)= 9,3 /porcja 535g)= 49,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 535g)= 7,30 g Sól (100g)= 4 /porcja 535g)= 1,90 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 535g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 287,20 kcal Białko ogółem 79,30 g Tłuszcz 73,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 247,30 g cukry suma 100,40 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 4,90 g Sód 1 258,00 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela CIAŻA CO2A- Dieta Łatwostrawna	<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] 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>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 899,00 kcal Białko ogółem 35,90 g Tłuszcz 34,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,50 g Węglowodny przyswajalne 99,50 g cukry suma 19,60 g Błonnik pokarmowy 21,40 g Sól 3,50 g Sód 1 325,20 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 670,60 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,50 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 394,20 kcal Białko ogółem 97,40 g Tłuszcz 78,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 255,00 g cukry suma 70,80 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 6,30 g Sód 2 422,10 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela CIAŻAC03-Ograniczenie lew.przys. węgl(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 512,80 kcal Białko ogółem 34,30 g Tłuszcz 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 37,40 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 183,10 kcal Białko ogółem 49,80 g Tłuszcz 40,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,90 g Węglowodny przyswajalne 138,60 g cukry suma 20,00 g Błonnik pokarmowy 31,30 g Sól 1,70 g Sód 101,20 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 605,10 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 35,30 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,10 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlna 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] 2608,20 kcal Białko ogółem 134,60 g Tłuszcz 88,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 241,70 g cukry suma 40,90 g Błonnik pokarmowy 52,40 g Sól 8,90 g Sód 155,90 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 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarógek 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		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 940,10 kcal Białko ogółem 38,30 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 110,50 g cukry suma 19,80 g Błonnik pokarmowy 23,40 g Sól 0,60 g Sód 159,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 670,60 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,50 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2435,30 kcal Białko ogółem 99,80 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 266,00 g cukry suma 71,00 g Błonnik pokarmowy 37,40 g Sól 3,40 g Sód 1256,60 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 2026-06-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-14 niedziela LAKTACJAC03-D, z ogrzan. łatwo przysa. węgl.(Cukrzyca)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Ser żółty 60g A (MLE, JAJ,)) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,)) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 512,80 kcal Białko ogółem 34,30 g Tłuszcz 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 37,40 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg</p>	<p>Skyr naturalny 150g (MLE,)) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,)) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,)) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE,)) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE,)) Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR,)) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 141,90 kcal Białko ogółem 47,50 g Tłuszcz 42,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 127,60 g cukry suma 19,80 g Błonnik pokarmowy 29,30 g Sól 4,60 g Sód 1 266,70 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,)) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR,)) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 605,10 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 35,30 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,10 g Sód 15,40 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,)) Kielbasa pieczonowa-wędlina z indyka i 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 567,00 kcal Białko ogółem 132,30 g Tłuszcz 90,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,50 g Węglowodny przyswajalne 230,70 g cukry suma 40,70 g Błonnik pokarmowy 50,40 g Sól 11,80 g Sód 1 321,40 mg</p>