

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa D01- Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-55g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE, Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,5 /(porcja 510g) = 467,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 510g) = 22,20 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /(porcja 510g) = 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 510g)= 17,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /(porcja 510g) = 41,50 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 510g) = 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 9 /(porcja 510g)= 4,70 g Sól (100g)= 3 /(porcja 510g) = 1,50 g Sód (100g)= 3,3 /(porcja 510g) = 16,30 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE, Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,5 /(porcja 1000g) = 914,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 1000g) = 44,70 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1000g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /(porcja 1000g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,6 /(porcja 1000g) = 126,40 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 1000g) = 21,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1000g) = 17,80 g Sól (100g)= 0,2 /(porcja 1000g) = 1,60 g Sód (100g)= 9,4 /(porcja 1000g) = 94,00 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR, Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,8 /(porcja 485g) = 513,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /(porcja 485g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 485g) = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 485g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /(porcja 485g) = 65,70 g cukry suma (100g)= 9,2 /(porcja 485g) = 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 485g)= 7,10 g Sól (100g)= 0,2 /(porcja 485g) = 1,00 g Sód (100g)= 97 /(porcja 485g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,00 kcal Białko ogółem 98,80 g Tłuszcz 65,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,10 g Węglowodny przyswajalne 255,10 g cukry suma 96,40 g Błonnik pokarmowy 29,60 g Sól 4,10 g Sód 579,80 mg	

12.06.2026. *Olsept*
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa D02-Latwostrawna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ, Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,4 /(porcja 505g) = 366,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 505g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /(porcja 505g) = 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 505g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /(porcja 505g) = 43,70 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 505g) = 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /(porcja 505g)= 3,20 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 505g) = 0,50 g Sód (100g)= 30,5 /(porcja 505g) = 152,20 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE, kasza jęczmienna 200g (GLU Psz, Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,1 /(porcja 1000g) = 900,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 1000g) = 47,40 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 1000g) = 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /(porcja 1000g)= 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 1000g) = 104,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1000g) = 14,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /(porcja 1000g) = 24,50 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 1000g) = 0,50 g Sód (100g)= 12,3 /(porcja 1000g) = 122,50 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR, Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,8 /(porcja 485g) = 513,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /(porcja 485g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 485g) = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 485g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /(porcja 485g) = 65,70 g cukry suma (100g)= 9,2 /(porcja 485g) = 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 485g)= 7,10 g Sól (100g)= 0,2 /(porcja 485g) = 1,00 g Sód (100g)= 97 /(porcja 485g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 924,70 kcal Białko ogółem 96,10 g Tłuszcz 56,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 235,80 g cukry suma 89,20 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 2,00 g Sód 744,20 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa DZIECI POIIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Bulka kajzerka 1szt-55g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 394,00 kcal Białko ogółem 19,50 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 28,60 g cukry suma 9,00 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 1,10 g Sód 16,30 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	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE, kasza gryczana gotowana 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 673,50 kcal Białko ogółem 37,90 g Tłuszcz 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 86,30 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 13,60 g Sól 1,20 g Sód 94,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Salatka owocowa 100g Wartość energetyczna[kcal] 61,80 kcal Białko ogółem 0,70 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 13,40 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g Sód 10,00 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR, Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 410,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 46,10 g cukry suma 43,10 g Błonnik pokarmowy 5,40 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 683,50 kcal Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 59,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g Węglowodny przyswajalne 195,90 g cukry suma 103,20 g Błonnik pokarmowy 22,30 g Sól 3,20 g Sód 408,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa DMS-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata z cukrem 250ml A Bulka kajzerka 1szt-55g Szyńska tostowa z kurczak 60g (SOJ, Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 47,3 //(porcja 465g)= 214,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 //(porcja 465g)= 14,10 g Tłuszcz (100g)= .4 //(porcja 465g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 //(porcja 465g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,4 //(porcja 465g)= 28,90 g cukry suma (100g)= 2 //(porcja 465g)= 9,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 //(porcja 465g)= 1,90 g Sól (100g)= .1 //(porcja 465g)= 0,40 g Sód (100g)= 3,4 //(porcja 465g)= 15,40 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	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE, Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz, marchew duszona 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,9 //(porcja 1050g)= 908,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 //(porcja 1050g)= 47,00 g Tłuszcz (100g)= 2,2 //(porcja 1050g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 //(porcja 1050g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 //(porcja 1050g)= 117,90 g cukry suma (100g)= 1,7 //(porcja 1050g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 //(porcja 1050g)= 25,90 g Sól (100g)= .1 //(porcja 1050g)= 0,80 g Sód (100g)= 19,7 //(porcja 1050g)= 196,90 mg	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)= 7,80 mg	Bulka 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 250 ml 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)= .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)= .8 //(porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= .5 //(porcja 460g)= 2,20 g Sód (100g)= 1,7 //(porcja 460g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 761,60 kcal Białko ogółem 98,40 g Tłuszcz 35,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g Węglowodny przyswajalne 242,20 g cukry suma 67,10 g Błonnik pokarmowy 31,40 g Sól 3,50 g Sód 283,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa	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	Skyr owocowy 150g (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) 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 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] 2 113,10 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		
	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,1 /porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16,7 /porcja 600g)= 98,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 /porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,72 /porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 41,00 /porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g)= 50,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 mg		

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa	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	Skyr owocowy 150g (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) 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 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] 2 113,10 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		
	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,1 /porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16,7 /porcja 600g)= 98,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 /porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,72 /porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 41,00 /porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g)= 50,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 mg		

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa D07- Bogatobiałkowa	Bulka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.4 /porcja 505g = 366,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 505g = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 505g = 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 505g = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /porcja 505g = 43,70 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 505g = 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 505g = 3,20 g Sól (100g)= 0,50 g /porcja 505g = 152,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml ogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 20,7 /porcja 350g = 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /porcja 350g = 5,30 g Tłuszcz (100g)= 0,4 /porcja 350g = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 350g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3 /porcja 350g = 10,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 350g = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,20 g /porcja 350g = 0,20 g Sól (100g)= 0,20 g /porcja 350g = 0,20 g Sód (100g)= 18,4 /porcja 350g = 63,40 mg	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,1 /porcja 1000g = 900,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 1000g = 47,40 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 1000g = 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1000g = 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1000g = 104,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1000g = 14,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1000g = 24,50 g Sól (100g)= 0,50 g /porcja 1000g = 12,3 /porcja 1000g = 122,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,8 /porcja 485g = 513,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 485g = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /porcja 485g = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 485g = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /porcja 485g = 65,70 g cukry suma (100g)= 9,2 /porcja 485g = 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 485g = 7,10 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 485g = 1,00 g Sód (100g)= 97 /porcja 485g = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 996,10 kcal Białko ogółem 101,40 g Tłuszcz 57,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 246,00 g cukry suma 96,00 g Błonnik pokarmowy 35,00 g Sól 2,20 g Sód 807,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa D03-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego cukru	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /porcja 490g = 460,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 490g = 23,40 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 490g = 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /porcja 490g = 16,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 /porcja 490g = 38,30 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 490g = 4,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 490g = 5,80 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 490g = 1,70 g Sód (100g)= 71 /porcja 490g = 355,10 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skrz 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)= 0,20 g /porcja 400g = 0,20 g Sód (100g)= 3,9 /porcja 400g = 15,40 mg	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,2 /porcja 1000g = 882,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 1000g = 44,80 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1000g = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1000g = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8 /porcja 1000g = 117,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1000g = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1000g = 17,80 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1000g = 1,60 g Sód (100g)= 10,2 /porcja 1000g = 101,70 mg		Pieczynko żytnio-pszenny-razowy 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93 /porcja 510g = 464,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 510g = 20,90 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 510g = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 510g = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /porcja 510g = 40,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 510g = 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 510g = 7,20 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 510g = 1,90 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 510g = 8,00 mg	Pieczynko żytnio-pszenny-razowy 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix салат 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137 /porcja 130g = 177,90 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)= 0,9 /porcja 130g = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,6 /porcja 130g = 22,90 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 130g = 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 130g = 5,00 g Sól (100g)= 1,2 /porcja 130g = 1,50 g Sód (100g)= 3 /porcja 130g = 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 082,40 kcal Białko ogółem 118,70 g Tłuszcz 72,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,00 g Węglowodny przyswajalne 225,50 g cukry suma 36,20 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 6,90 g Sód 480,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa GL- Bezglutenowa	herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt 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		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.4 /porcja 1000g)= 1 064,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /porcja 1000g)= 45,70 g Tłuszcz (100g)= 4.6 /porcja 1000g)= 45,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1000g)= 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /porcja 1000g)= 110,80 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1000g)= 20,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /porcja 1000g)= 15,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 1000g)= 2,00 g Sód (100g)= 30.2 /porcja 1000g)= 301,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz owoce 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 bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.7 /porcja 500g)= 448,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /porcja 500g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 500g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= 9.2 /porcja 500g)= 45,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 4,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,50 g Sód (100g)= 1.7 /porcja 500g)= 8,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 140,40 kcal Białko ogółem 88,90 g Tłuszcz 94,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,30 g Węglowodny przyswajalne 222,30 g cukry suma 99,10 g Błonnik pokarmowy 22,20 g Sól 5,60 g Sód 334,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa ML- Bezmleczna	Bulka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.8 /porcja 570g)= 487,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 570g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /porcja 570g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 570g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /porcja 570g)= 62,80 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 570g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 570g)= 3,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g)= 0,40 g Sód (100g)= 27.6 /porcja 570g)= 153,10 mg		Żurek z ziemniakami 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL, GLU Żyt) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.7 /porcja 1000g)= 937,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /porcja 1000g)= 47,90 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /porcja 1000g)= 35,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1000g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 1000g)= 95,30 g cukry suma (100g)= 1.3 /porcja 1000g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 1000g)= 22,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1000g)= 0,60 g Sód (100g)= 17.7 /porcja 1000g)= 177,00 mg	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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.2 /porcja 485g)= 510,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 485g)= 17,40 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)= 13.8 /porcja 485g)= 65,70 g cukry suma (100g)= 9.2 /porcja 485g)= 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 485g)= 7,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 485g)= 1,10 g Sód (100g)= 96.8 /porcja 485g)= 460,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,70 kcal Białko ogółem 83,80 g Tłuszcz 71,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 238,90 g cukry suma 81,50 g Błonnik pokarmowy 35,10 g Sól 2,10 g Sód 801,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa	We- Wegetarińska	Bulka kajzerka 1szt-55g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE), Ser żółty 60g A (MLE), Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.5 /porcja 510g)= 467,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 510g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,4 /porcja 510g)= 17,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 510g)= 41,50 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 510g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /porcja 510g)= 4,70 g Sól (100g)= ,3 /porcja 510g)= 1,50 g Sód (100g)= 3,3 /porcja 510g)= 16,30 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Mufinki jajeczne z warzywami 2szt-120g (GLU Psz, JAJ, MLE), Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapuszy 150g (JAJ, GOR), Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93 /porcja 1020g)= 929,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1020g)= 35,20 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 1020g)= 25,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /porcja 1020g)= 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /porcja 1020g)= 135,00 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1020g)= 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1020g)= 19,30 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1020g)= 1,60 g Sód (100g)= 2,7 /porcja 1020g)= 27,10 mg	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)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE), Paszlet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR), Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,6 /porcja 535g)= 718,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 535g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 7,7 /porcja 535g)= 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 535g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /porcja 535g)= 69,90 g cukry suma (100g)= 8,5 /porcja 535g)= 44,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 535g)= 9,40 g Sól (100g)= ,4 /porcja 535g)= 1,90 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 535g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 260,00 kcal Białko ogółem 87,40 g Tłuszcz 89,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,30 g Węglowodny przyswajalne 267,90 g cukry suma 97,70 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sól 5,00 g Sód 512,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa	Cięża C02A- Dieta Laliostrowna	Bulka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE), Szyńka tosiowa z kurcząt 60g (SOJ), Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 366,80 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 43,70 g cukry suma 9,80 g Błonnik pokarmowy 3,20 g Sól 0,50 g Sód 152,20 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt, Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 900,90 kcal Białko ogółem 47,40 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 104,90 g cukry suma 14,00 g Błonnik pokarmowy 24,50 g Sól 0,50 g Sód 122,50 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Mix salat z olejem i marchewką 50g Dżem porcjowany 1szt-25g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 513,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 65,70 g cukry suma 43,90 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 924,70 kcal Białko ogółem 96,10 g Tłuszcz 56,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 235,80 g cukry suma 89,20 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 2,00 g Sód 744,20 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa CIAZAC03-Ograniczenie łatw.przys. węgl(j)Cukrzycowa	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 457,40 kcal Białko ogółem 23,40 g Tłuszcz 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,60 g Węglowodny przyswajalne 38,30 g cukry suma 4,80 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 1,70 g Sód 354,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) 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	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 970,90 kcal Tłuszcz 25,60 g Białko ogółem 58,80 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 119,30 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 17,90 g Sól 1,70 g Sód 137,10 mg		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 462,10 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 40,20 g cukry suma 7,50 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,90 g Sód 7,10 mg	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] 177,90 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 22,90 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,70 kcal Białko ogółem 132,70 g Tłuszcz 74,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,40 g Węglowodny przyswajalne 226,90 g cukry suma 36,20 g Błonnik pokarmowy 35,90 g Sól 7,00 g Sód 514,10 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 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 366,80 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 43,70 g cukry suma 9,80 g Błonnik pokarmowy 3,20 g Sól 0,50 g Sód 152,20 mg		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 900,90 kcal Białko ogółem 47,40 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 104,90 g cukry suma 14,00 g Błonnik pokarmowy 24,50 g Sól 0,50 g Sód 122,50 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Dżem porcjowany 1szt-25g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 513,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 65,70 g cukry suma 43,90 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 924,70 kcal Białko ogółem 96,10 g Tłuszcz 56,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 235,80 g cukry suma 89,20 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 2,00 g Sód 744,20 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 2026-06-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-17 środa	LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyśwajaniem węgla (Cukrzyca)	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 457,40 kcal Białko ogółem 23,40 g Tłuszcz 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,60 g Węglowodny przyswajalny 38,30 g cukry suma 4,80 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 1,70 g Sód 354,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalny 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 970,90 kcal Białko ogółem 58,80 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalny 119,30 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 17,90 g Sól 1,70 g Sód 137,10 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 462,10 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalny 40,20 g cukry suma 7,50 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,90 g Sód 7,10 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] 177,90 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalny 22,90 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,70 kcal Białko ogółem 132,70 g Tłuszcz 74,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,40 g Węglowodny przyswajalny 226,90 g cukry suma 36,20 g Błonnik pokarmowy 35,90 g Sól 7,00 g Sód 514,10 mg