

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek D01-Podstawowa	Bułka Grahanka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129.9 /porcja 530g = 683,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7.1 /porcja 530g = 37,10 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /porcja 530g = 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /porcja 530g = 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 /porcja 530g = 75,40 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 530g = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 530g = 10,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 530g = 1,30 g Sód (100g)= 104.2 /porcja 530g = 548,60 mg		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.8 /porcja 1100g = 897,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 1100g = 43,10 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /porcja 1100g = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.1 /porcja 1100g = 156,50 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1100g = 26,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1100g = 26,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1100g = 1,70 g Sód (100g)= 5.5 /porcja 1100g = 61,20 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jablko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /porcja 480g = 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2 /porcja 480g = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 480g = 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 480g = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /porcja 480g = 24,80 g cukry suma (100g)= 4.4 /porcja 480g = 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 480g = 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g = 0,10 g Sód (100g)= 12.1 /porcja 480g = 57,70 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] (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] 2 389,70 kcal Białko ogółem 102,40 g Tłuszcz 60,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 315,20 g cukry suma 77,00 g Błonnik pokarmowy 43,90 g Sól 5,10 g Sód 1 129,20 mg	

2026.06.18. diet

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

strona 1 z 13

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-06-18 14:02:04

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

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

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek D02-Labestrawis	Bułka Grahanka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137.5 /porcja 530g = 723,70 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 530g = 36,90 g Tłuszcz (100g)= 5.3 /porcja 530g = 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /porcja 530g = 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.7 /porcja 530g = 77,60 g cukry suma (100g)= 3.3 /porcja 530g = 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /porcja 530g = 10,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 530g = 1,30 g Sód (100g)= 103.5 /porcja 530g = 544,60 mg		Ziemniaczana z pietruszką 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /porcja 901g = 754,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 901g = 30,40 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /porcja 901g = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 901g = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /porcja 901g = 112,00 g cukry suma (100g)= 2.9 /porcja 901g = 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 901g = 12,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 901g = 1,80 g Sód (100g)= 8.1 /porcja 901g = 74,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jablko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29.4 /porcja 500g = 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.1 /porcja 500g = 5,60 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 500g = 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.5 /porcja 500g = 27,60 g cukry suma (100g)= 4.8 /porcja 500g = 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 500g = 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,10 g Sód (100g)= 11.5 /porcja 500g = 57,30 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] (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] 2 299,70 kcal Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 67,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,30 g Węglowodny przyswajalne 272,70 g cukry suma 78,70 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 5,00 g Sód 1 137,60 mg	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

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

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

strona 2 z 13

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-06-18 14:02:04

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-18 czwartek DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE,) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 606,70 kcal Białko ogółem 34,50 g Tłuszcz 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,30 g Węglowodny przyswajalne 63,70 g cukry suma 17,30 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,20 g Sód 412,70 mg	Mandarynka 100g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 74,40 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 17,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g Sód 7,80 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g A (GLU Psz, SEL,) Ryz biały 100g Salatka z buraczków 100g got herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 681,30 kcal Białko ogółem 35,40 g Tłuszcz 12,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 113,60 g cukry suma 20,30 g Błonnik pokarmowy 17,60 g Sól 1,70 g Sód 233,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 138,10 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 24,80 g cukry suma 21,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g Sód 57,70 mg	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka bawska 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] 1 896,10 kcal Białko ogółem 88,30 g Tłuszcz 50,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,20 g Węglowodny przyswajalne 262,20 g cukry suma 76,70 g Błonnik pokarmowy 34,40 g Sól 4,30 g Sód 992,50 mg

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 3 z 13

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-06-12 14:02:04

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-18 czwartek D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE,) Nix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124 /porcja 520g )= 652,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,9 /porcja 520g )= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 520g )= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 520g )= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,4 /porcja 520g )= 81,20 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 520g )= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 520g )= 7,60 g Sól (100g)= 4 /porcja 520g )= 1,80 g Sód (100g)= 14,6 /porcja 520g )= 76,70 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)= 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	Ziemniaczana z pietruszką 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /porcja 901g )= 754,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 901g )= 30,40 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 901g )= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 901g )= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 901g )= 112,00 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 901g )= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 901g )= 12,10 g Sól (100g)= 2 /porcja 901g )= 1,60 g Sód (100g)= 8,1 /porcja 901g )= 74,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,4 /porcja 500g )= 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,1 /porcja 500g )= 5,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g )= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g )= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 /porcja 500g )= 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 500g )= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 500g )= 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g )= 0,10 g Sód (100g)= 11,5 /porcja 500g )= 57,30 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)= 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)= 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] 2 014,50 kcal Białko ogółem 93,40 g Tłuszcz 46,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 298,80 g cukry suma 79,40 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 5,80 g Sód 223,60 mg

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 4 z 13

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-06-12 14:02:04

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2026-06-18 czwartek D11- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g)= 50,30 mg	jogurt naturalny 1szl-100g (MLE, SEL.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /porcja 600g)= 488,80 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+ziemia (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] 2 060,10 kcal Białko ogółem 125,60 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 231,70 g cukry suma 24,50 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 0,80 g Sód 313,30 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2026-06-18 czwartek D12- Płynna wzniesiona	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 1szl-100g (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /porcja 600g)= 488,80 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+ziemia 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				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 dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek D07_Bogalskaikawa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 120g A (MLE), Mix salat z ciejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137.5 /porcja 530g)= 723,70 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 530g)= 36,90 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,7 /porcja 530g)= 77,60 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= 2 /porcja 530g)= 1,30 g Sód (100g)= 103,5 /porcja 530g)= 544,60 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)= 3 /porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 350g)= 0 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g)= 7,80 mg	Ziemniaczana z pietruszką 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /porcja 901g)= 754,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 901g)= 30,40 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 901g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 901g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 901g)= 112,00 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 901g)= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 901g)= 12,10 g Sól (100g)= 2 /porcja 901g)= 1,60 g Sód (100g)= 8,1 /porcja 901g)= 74,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,4 /porcja 500g)= 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,1 /porcja 500g)= 5,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 /porcja 500g)= 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 500g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g)= 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 11,5 /porcja 500g)= 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) 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)= 0,9 /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] 2 395,40 kcal Białko ogółem 92,70 g Tłuszcz 66,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 290,70 g cukry suma 63,70 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 5,10 g Sód 1 145,40 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

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

strona 7 z 13

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-06-12 14:02:04

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek D03-Z ograniczeniem lakto przyswajalne	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 120g A (MLE), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,2 /porcja 500g)= 411,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 /porcja 500g)= 26,80 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 500g)= 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 500g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 /porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 500g)= 8,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 500g)= 5,10 g Sól (100g)= 2 /porcja 500g)= 1,00 g Sód (100g)= 70,3 /porcja 500g)= 351,70 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 25 /porcja 480g)= 118,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 480g)= 19,80 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 480g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,20 g Sód (100g)= 13,7 /porcja 480g)= 65,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL), Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), Ryz pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1100g)= 878,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 1100g)= 43,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1100g)= 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1100g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /porcja 1100g)= 151,50 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 1100g)= 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,90 g Sól (100g)= 2 /porcja 1100g)= 1,70 g Sód (100g)= 6,2 /porcja 1100g)= 68,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,4 /porcja 500g)= 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,1 /porcja 500g)= 5,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 /porcja 500g)= 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 500g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g)= 1,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 11,5 /porcja 500g)= 57,30 mg	Pieczyczo żytnio-pszennno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Salatka 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	Pieczyczo żytnio-pszennno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło 10g (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250,1 /porcja 130g)= 324,80 kcal Białko ogółem (100g)= 11,7 /porcja 130g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14,4 /porcja 130g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9,6 /porcja 130g)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18 /porcja 130g)= 23,30 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 130g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 130g)= 4,90 g Sól (100g)= 1 /porcja 130g)= 1,30 g Sód (100g)= 1,8 /porcja 130g)= 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 316,00 kcal Białko ogółem 105,40 g Tłuszcz 69,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,90 g Węglowodny przyswajalne 271,30 g cukry suma 55,20 g Błonnik pokarmowy 46,40 g Sól 7,10 g Sód 504,60 mg

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

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

strona 8 z 13

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-06-12 14:02:04

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.6 /porcja 535g)= 434,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 535g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /porcja 535g)= 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 535g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.5 /porcja 535g)= 44,90 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 535g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,40 g Sód (100g)= 2.5 /porcja 535g)= 12,90 mg</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy naturalny 200g bezglutenowy i bezmleczny Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.6 /porcja 901g)= 877,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /porcja 901g)= 39,00 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 901g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 901g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.1 /porcja 901g)= 137,30 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 901g)= 24,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 901g)= 18,80 g Sól (100g)= .2 /porcja 901g)= 1,60 g Sód (100g)= 5.9 /porcja 901g)= 53,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny tszt-100g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /porcja 480g)= 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2 /porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /porcja 480g)= 24,80 g cukry suma (100g)= 4.4 /porcja 480g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 12.1 /porcja 480g)= 57,70 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurczak 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] 2 055,10 kcal Białko ogółem 75,10 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 245,80 g cukry suma 74,60 g Błonnik pokarmowy 24,00 g Sól 5,70 g Sód 132,70 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek ML- Bezmielczna	<p>Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.8 /porcja 535g)= 562,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 535g)= 20,40 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /porcja 535g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 535g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /porcja 535g)= 64,80 g cukry suma (100g)= 8.4 /porcja 535g)= 44,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /porcja 535g)= 8,80 g Sól (100g)= .2 /porcja 535g)= 1,00 g Sód (100g)= 90.2 /porcja 535g)= 474,80 mg</p>		<p>Ziemniaczana z koperkiem b/g 300ml (SEL) Gulasz drobiowy naturalny 200g bezglutenowy i bezmleczny Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.9 /porcja 901g)= 744,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 901g)= 27,40 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 901g)= 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 901g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /porcja 901g)= 110,80 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 901g)= 24,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 901g)= 11,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 901g)= 1,60 g Sód (100g)= 6.6 /porcja 901g)= 59,60 mg</p>	<p>Jabłko 130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17.7 /porcja 380g)= 66,10 kcal Białko ogółem (100g)= .1 /porcja 380g)= 0,50 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 380g)= 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 380g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.8 /porcja 380g)= 14,60 g cukry suma (100g)= 3.7 /porcja 380g)= 14,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 380g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 380g)= 0 g Sód (100g)= 2.5 /porcja 380g)= 9,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatniejsza z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.3 /porcja 520g)= 648,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 520g)= 16,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 520g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /porcja 520g)= 55,40 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] 2 023,90 kcal Białko ogółem 64,70 g Tłuszcz 59,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,50 g Węglowodny przyswajalne 245,40 g cukry suma 94,50 g Błonnik pokarmowy 26,90 g Sól 4,60 g Sód 1 004,90 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek We - Węgetariańska	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129,9 /porcja 530g = 683,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7,1 /porcja 530g = 37,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 530g = 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 530g = 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,9 /porcja 530g = 78,40 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 530g = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 530g = 10,40 g Sól (100g)= 2 /porcja 530g = 1,30 g Sód (100g)= 104,2 /porcja 530g = 548,60 mg</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Gulasz warzywny z brokulami 200g (GLU Psz.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salaika z buraczków 150g got. herbata oźka róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,4 /porcja 1100g = 792,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /porcja 1100g = 26,10 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1100g = 11,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 1100g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 /porcja 1100g = 158,10 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 1100g = 28,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1100g = 27,70 g Sól (100g)= 2 /porcja 1100g = 2,70 g Sód (100g)= 38,7 /porcja 1100g = 430,50 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 /porcja 480g = 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g = 5,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 480g = 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 480g = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 480g = 24,80 g cukry suma (100g)= 4,4 /porcja 480g = 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 480g = 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g = 0,10 g Sód (100g)= 12,1 /porcja 480g = 57,70 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Salaika bawarska 120g (JAJ, GOR.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 132,1 /porcja 555g = 733,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 555g = 13,80 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 555g = 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 555g = 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 /porcja 555g = 62,70 g cukry suma (100g)= 2,8 /porcja 555g = 15,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 555g = 6,80 g Sól (100g)= 5 /porcja 555g = 2,70 g Sód (100g)= 83,1 /porcja 555g = 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 348,60 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 60,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 324,00 g cukry suma 82,30 g Błonnik pokarmowy 47,00 g Sól 6,80 g Sód 1 498,50 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 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-18 czwartek CIAZA-CIĄZA-Dieta Laktostrawna	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 723,70 kcal Białko ogółem 36,90 g Tłuszcz 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 77,80 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 10,20 g Sól 1,30 g Sód 544,60 mg</p>		<p>Ziemniaczana z pietruszką 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Salaika z buraczków 150g got. herbata oźka róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 754,30 kcal Białko ogółem 30,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,10 g Węglowodny przyswajalne 112,00 g cukry suma 25,90 g Błonnik pokarmowy 12,10 g Sól 1,60 g Sód 74,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,80 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salaika 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 2,60 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 295,70 kcal Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 67,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,30 g Węglowodny przyswajalne 272,70 g cukry suma 78,70 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 5,00 g Sód 1 137,60 mg</p>	
2026-06-18 czwartek CIAZA-CIĄZA-Organicznie słab przys. węgl(Cukrzykowa)	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 336,20 kcal Białko ogółem 26,70 g Tłuszcz 8,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 41,90 g cukry suma 8,80 g Błonnik pokarmowy 5,10 g Sól 1,00 g Sód 350,80 mg</p>	<p>Jabłko 130g jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg</p>	<p>Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 250g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salaika z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 966,90 kcal Białko ogółem 65,20 g Tłuszcz 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 153,00 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 27,10 g Sól 1,90 g Sód 141,70 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,80 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 676,50 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 41,00 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,30 g Sód mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 348,60 kcal Białko ogółem 145,30 g Tłuszcz 52,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g Węglowodny przyswajalne 278,80 g cukry suma 61,00 g Błonnik pokarmowy 46,70 g Sól 7,40 g Sód 573,20 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 2026-06-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-06-18 -zwartek	LAKTACJA COG-Dieta Iawostanna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 723,70 kcal Białko ogółem 36,90 g Tłuszcz 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 77,60 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 10,20 g Sól 1,30 g Sód 544,60 mg	Jabłko 130g jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Ziemniaczana z pietruszką 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzka różal jabko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 819,60 kcal Białko ogółem 32,00 g Tłuszcz 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 131,00 g cukry suma 26,00 g Błonnik pokarmowy 19,30 g Sól 1,80 g Sód 75,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg	Chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 361,00 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 291,70 g cukry suma 78,80 g Błonnik pokarmowy 35,70 g Sól 5,00 g Sód 1 139,10 mg
	LAKTACJA AC03-D, z ograniczonym przyjaz. węgl(Cukrzyca)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 336,20 kcal Białko ogółem 26,70 g Tłuszcz 6,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 41,90 g cukry suma 8,80 g Błonnik pokarmowy 5,10 g Sól 1,00 g Sód 350,80 mg	Jabłko 130g jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny 250g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 966,90 kcal Białko ogółem 65,20 g Tłuszcz 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 153,00 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 27,10 g Sól 1,90 g Sód 141,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Skrzyn naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 676,50 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 41,00 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,30 g Sód mg