

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

Ladofarmie.darmy...

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|--------------------------------------|--|--------------|---|---|--|--|------|
| 2026-06-19 piątek D01- Podstawowa | Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR,) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,9 /(porcja 575g) = 546,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 575g) = 22,60 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /(porcja 575g) = 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 575g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 575g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 575g) = 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 575g) = 6,60 g Sól (100g)= 3 /(porcja 575g) = 1,80 g Sód (100g)= 118,4 /(porcja 575g) = 696,50 mg | | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz,) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,6 /(porcja 1120g) = 873,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /(porcja 1120g) = 28,00 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 1120g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1120g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /(porcja 1120g) = 135,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /(porcja 1120g) = 37,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1120g) = 20,20 g Sól (100g)= 0,3 /(porcja 1120g) = 2,70 g Sód (100g)= 47 /(porcja 1120g) = 522,10 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /(porcja 251g) = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 251g) = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /(porcja 251g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g) = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /(porcja 251g) = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 251g) = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 251g) = 7,80 mg | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /(porcja 720g) = 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 720g) = 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /(porcja 720g) = 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 720g) = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /(porcja 720g) = 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 720g) = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /(porcja 720g) = 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 720g) = 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /(porcja 720g) = 515,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 090,80 kcal Białko ogółem 79,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 268,00 g cukry suma 76,40 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 5,20 g Sód 1 741,50 mg | |

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

15.06.2026 Skiept
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|--|--|--------------|---|---|--|--|------|
| 2026-06-19 piątek D02- Latwostrawna | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR,) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /(porcja 570g) = 561,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 570g) = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /(porcja 570g) = 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 570g) = 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 570g) = 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 570g) = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 570g) = 5,50 g Sól (100g)= 2 /(porcja 570g) = 1,40 g Sód (100g)= 158 /(porcja 570g) = 877,70 mg | | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz,) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,1 /(porcja 1120g) = 879,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /(porcja 1120g) = 30,00 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1120g) = 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1120g) = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /(porcja 1120g) = 124,10 g cukry suma (100g)= 2,8 /(porcja 1120g) = 31,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1120g) = 19,70 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 1120g) = 1,50 g Sód (100g)= 50,2 /(porcja 1120g) = 557,80 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /(porcja 251g) = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 251g) = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /(porcja 251g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g) = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /(porcja 251g) = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 251g) = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 251g) = 7,80 mg | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /(porcja 720g) = 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 720g) = 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /(porcja 720g) = 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 720g) = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /(porcja 720g) = 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 720g) = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /(porcja 720g) = 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 720g) = 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /(porcja 720g) = 515,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 112,70 kcal Białko ogółem 82,10 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 257,30 g cukry suma 68,80 g Błonnik pokarmowy 32,50 g Sól 3,60 g Sód 1 958,40 mg | |

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|--|---|---|---|--|---|---|------|
| 2026-06-19 piątek DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca | Pieczywo Żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Zyt, Zyt, Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt, masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 461,50 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 37,10 g cukry suma 9,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,60 g Sód 545,60 mg | Jabiko 130g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 88,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 19,60 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL, Kotlet rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, Ziemniaki 100g Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 640,80 kcal Białko ogółem 21,80 g Tłuszcz 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 80,40 g cukry suma 19,60 g Błonnik pokarmowy 16,00 g Sól 2,10 g Sód 304,20 mg | Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] 115,60 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 15,00 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg | Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt, masło porcjowane 10g (MLE, Twarożek 120g A (MLE, Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,90 kcal Białko ogółem 20,10 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 50,00 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 0,40 g Sód 333,90 mg | Wartość energetyczna[kcal] 1 790,90 kcal Białko ogółem 64,20 g Tłuszcz 73,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g Węglowodny przyswajalne 202,10 g cukry suma 84,90 g Błonnik pokarmowy 30,60 g Sól 4,30 g Sód 1 201,20 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 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|---|---|---|---|--|--|---|------|
| 2026-06-19 piątek D06J-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz, Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 /(porcja 570g)= 500,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 570g)= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 570g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 570g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /(porcja 570g)= 62,40 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 570g)= 10,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8 /(porcja 570g)= 4,60 g Sól (100g)= 0,5 /(porcja 570g)= 2,50 g Sód (100g)= 73,6 /(porcja 570g)= 408,80 mg | Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,3 /(porcja 400g)= 77,10 kcal Białko ogółem (100g)= 0,40 g /(porcja 400g)= 0,30 g Tłuszcz (100g)= 0,30 g /(porcja 400g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,3 /(porcja 400g)= 17,40 g cukry suma (100g)= 4,3 /(porcja 400g)= 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /(porcja 400g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,3 /(porcja 400g)= 9,30 mg | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL, Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz, Ziemniaki 300g A Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 1100g)= 992,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 1100g)= 32,80 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 1100g)= 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /(porcja 1100g)= 149,60 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 1100g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /(porcja 1100g)= 32,50 g Sól (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 1,00 g Sód (100g)= 37,8 /(porcja 1100g)= 420,10 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /(porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /(porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /(porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= 0,1 /(porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 251g)= 7,80 mg | Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz, Twarożek 120g A (MLE, Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,1 /(porcja 720g)= 507,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 720g)= 24,30 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 720g)= 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 /(porcja 720g)= 5,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /(porcja 720g)= 69,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 720g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5 /(porcja 720g)= 3,40 g Sól (100g)= 2 /(porcja 720g)= 1,70 g Sód (100g)= 8,6 /(porcja 720g)= 61,20 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 173,00 kcal Białko ogółem 82,90 g Tłuszcz 60,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,60 g Węglowodny przyswajalne 308,40 g cukry suma 72,70 g Błonnik pokarmowy 45,00 g Sól 5,40 g Sód 907,20 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 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|-------------------|----------------|---|--|---|---|---------|---|------|
| 2026-06-19 piątek | D11- Papkowała | 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 z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 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] 2 065,10 kcal Białko ogółem 124,80 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,50 g Węglowodny przyswajalne 226,50 g cukry suma 22,20 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 mg | |

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|-------------------|------------------------|---|--|---|---|---------|---|------|
| 2026-06-19 piątek | 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 z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 50,30 mg | Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,72 /(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)= 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] 2 120,40 kcal Białko ogółem 124,60 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 21,10 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 0,70 g Sód 242,20 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 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|--|--|--|--|--|---|--|------|
| 2026-06-19 piątek D07- Bogalobiałkowa | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR), Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /porcja 570g)= 561,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 570g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 570g)= 1,40 g Sód (100g)= 158 /porcja 570g)= 877,70 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 | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz.), Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL), Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,1 /porcja 1120g)= 879,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /porcja 1120g)= 30,00 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1120g)= 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /porcja 1120g)= 124,10 g cukry suma (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 31,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 1,50 g Sód (100g)= 50,2 /porcja 1120g)= 557,80 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek naturalny 120g A (MLE), Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80 /porcja 720g)= 571,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 720g)= 23,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 720g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /porcja 720g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 720g)= 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 720g)= 4,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 720g)= 0,60 g Sód (100g)= 77,2 /porcja 720g)= 551,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 198,90 kcal Białko ogółem 87,00 g Tłuszcz 77,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,60 g Węglowodny przyswajalne 272,50 g cukry suma 80,70 g Błonnik pokarmowy 32,70 g Sól 3,80 g Sód 2 050,20 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 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|--|---|--|--|--|---|--|--|
| 2026-06-19 piątek D03-Z ograniczeniem łatwo przysw. wegl.(Cukrzykowa) | Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR), Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,9 /porcja 570g)= 488,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 570g)= 21,50 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 570g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 570g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,9 /porcja 570g)= 43,80 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 570g)= 6,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 570g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 570g)= 2,40 g Sód (100g)= 77,8 /porcja 570g)= 432,40 mg | Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,6 /porcja 251g)= 76,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 2 /porcja 251g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 6,2 /porcja 251g)= 15,40 mg | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz.), Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL), Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,7 /porcja 1120g)= 840,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 1120g)= 28,10 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 /porcja 1120g)= 126,70 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 1120g)= 32,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 20,20 g Sól (100g)= .3 /porcja 1120g)= 2,80 g Sód (100g)= 47,7 /porcja 1120g)= 529,70 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg | Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek 120g A (MLE), Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68,4 /porcja 720g)= 488,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 720g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 720g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g)= 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,2 /porcja 720g)= 44,40 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 720g)= 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 720g)= 7,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 720g)= 1,40 g Sód (100g)= 9,8 /porcja 720g)= 69,70 mg | Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Ser żółty 30g (MLE), Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208,3 /porcja 120g)= 251,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,6 /porcja 120g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 8,7 /porcja 120g)= 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 /porcja 120g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,2 /porcja 120g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 120g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,4 /porcja 120g)= 5,30 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 120g)= 1,30 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 120g)= 2,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 144,70 kcal Białko ogółem 91,60 g Tłuszcz 78,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,20 g Węglowodny przyswajalne 243,00 g cukry suma 59,00 g Błonnik pokarmowy 44,10 g Sól 8,10 g Sód 1 049,30 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 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|---------------------------------------|---|--------------|---|---|---|---|------|
| 2026-06-19 piątek GL- Bezglutenowa | <p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR, Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,1 /porcja 585g)= 506,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 585g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 585g)= 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 585g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 585g)= 48,00 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 585g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 585g)= 2,50 g Sól (100g)= 4 /porcja 585g)= 2,50 g Sód (100g)= 72,2 /porcja 585g)= 424,70 mg</p> | | <p>Szczawiowa z ryżem 300ml b/g (SEL, Pulpeciki rybne 2szl-100g bezglutenowe (JAJ, RYB, Sos grecki 120g A bezglutenowy, bezmleczny (SEL, Ziemniaki 300g A Surowka coleslaw 150g A (JAJ, GOR, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,1 /porcja 1190g)= 825,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 1190g)= 22,40 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1190g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /porcja 1190g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 1190g)= 134,10 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1190g)= 29,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1190g)= 28,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 1190g)= 2,70 g Sód (100g)= 34,3 /porcja 1190g)= 428,90 mg</p> | <p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p> | <p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE, Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /porcja 735g)= 506,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 /porcja 735g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 735g)= 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 735g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,8 /porcja 735g)= 48,60 g cukry suma (100g)= 2,8 /porcja 735g)= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 735g)= 1,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 735g)= 1,40 g Sód (100g)= 6,7 /porcja 735g)= 62,10 mg</p> | <p>Wartość energetyczna[kcal] 1 934,70 kcal Białko ogółem 58,70 g Tłuszcz 75,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 240,70 g cukry suma 71,40 g Błonnik pokarmowy 35,10 g Sól 6,80 g Sód 923,50 mg</p> | |

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|-------------------------------------|--|--------------|---|---|--|---|------|
| 2026-06-19 piątek ML- Bezmleczna | <p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Masło roślinne rama 10g Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR, Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /porcja 570g)= 540,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 570g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g)= 58,10 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 570g)= 1,40 g Sód (100g)= 157,8 /porcja 570g)= 876,80 mg</p> | | <p>Szczawiowa z ryżem 300ml b/g (SEL, Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB, Sos grecki 120g A bezglutenowy, bezmleczny (SEL, Ziemniaki 300g A Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,2 /porcja 1220g)= 1 090,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1220g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /porcja 1220g)= 44,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1220g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /porcja 1220g)= 135,40 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 1220g)= 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1220g)= 30,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,50 g Sód (100g)= 38 /porcja 1220g)= 475,30 mg</p> | <p>Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,8 /porcja 400g)= 11,00 mg</p> | <p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Masło roślinne rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR, Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,2 /porcja 675g)= 528,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 /porcja 675g)= 14,00 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 675g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 675g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 675g)= 68,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 675g)= 17,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 675g)= 6,60 g Sól (100g)= .2 /porcja 675g)= 1,50 g Sód (100g)= 69,1 /porcja 675g)= 460,80 mg</p> | <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 230,60 kcal Białko ogółem 78,80 g Tłuszcz 88,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalne 276,80 g cukry suma 64,90 g Błonnik pokarmowy 44,90 g Sól 4,40 g Sód 1 823,90 mg</p> | |

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|---|--|--------------|--|--|--|---|------|
| 2026-06-19 piątek We- Wegetarijanska | <p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,9 /porcja 575g = 546,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 575g = 22,60 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 575g = 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 575g = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 575g = 57,80 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 575g = 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 575g = 6,60 g Sól (100g)= 3 /porcja 575g = 1,80 g Sód (100g)= 118,4 /porcja 575g = 696,50 mg</p> | | <p>Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz.) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,6 /porcja 1120g = 873,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 1120g = 28,00 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1120g = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 1120g = 135,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 1120g = 37,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 20,20 g Sól (100g)= 3 /porcja 1120g = 2,70 g Sód (100g)= 47 /porcja 1120g = 522,10 mg</p> | <p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /porcja 251g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /porcja 251g = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Sól (100g)= 1 /porcja 251g = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g = 7,80 mg</p> | <p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,6 /porcja 720g = 575,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 720g = 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 720g = 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /porcja 720g = 65,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 720g = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 720g = 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 720g = 0,50 g Sód (100g)= 72,1 /porcja 720g = 515,10 mg</p> | <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 090,80 kcal Białko ogółem 79,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 268,00 g cukry suma 76,40 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 5,20 g Sód 1 741,50 mg</p> | |

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posilek nocny | SUMA |
|---|--|--------------|--|--|---|---|------|
| 2026-06-19 piątek CIĄŻA COŻA- Dieta Latwostrawna | <p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 877,70 mg</p> | | <p>Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki rybne 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz.) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Kalaifior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 879,40 kcal Białko ogółem 30,00 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 124,10 g cukry suma 31,00 g Błonnik pokarmowy 19,70 g Sól 1,50 g Sód 557,80 mg</p> | <p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg</p> | <p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 575,70 kcal Białko ogółem 24,30 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 65,00 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg</p> | <p>Wartość energetyczna[kcal] 2 112,70 kcal Białko ogółem 82,10 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 257,30 g cukry suma 68,80 g Błonnik pokarmowy 32,50 g Sól 3,60 g Sód 1 958,40 mg</p> | |

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|-------------------|---|---|---|--|--------------|--|--|---|
| 2026-06-19 piątek | CMAZ03-Ograniczenie łatw.przys. węglod.Cukrzycowa | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 670,50 kcal Białko ogółem 38,80 g Tłuszcz 30,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 52,10 g cukry suma 7,00 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 3,20 g Sód 431,50 mg | Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 76,46 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki rybne 2szt-150g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jecz.) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 862,30 kcal Białko ogółem 51,10 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 126,90 g cukry suma 32,90 g Błonnik pokarmowy 20,10 g Sól 2,80 g Sód 558,10 mg | | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 503,00 kcal Białko ogółem 30,80 g Tłuszcz 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 47,70 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,50 g Sód 101,20 mg | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 319,60 kcal Białko ogółem 140,20 g Tłuszcz 74,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,70 g Węglowodny przyswajalne 255,50 g cukry suma 63,50 g Błonnik pokarmowy 44,00 g Sól 8,60 g Sód 1 108,30 mg |

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|-------------------|---------------------------------|---|--------------|--|---|--|--|------|
| 2026-06-19 piątek | LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 877,70 mg | | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 860,50 kcal Białko ogółem 42,40 g Tłuszcz 30,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 109,10 g cukry suma 30,50 g Błonnik pokarmowy 18,30 g Sól 1,40 g Sód 493,50 mg | Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg | chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 575,70 kcal Białko ogółem 24,30 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 65,00 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2 093,80 kcal Białko ogółem 94,50 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 242,30 g cukry suma 68,30 g Błonnik pokarmowy 31,10 g Sól 3,50 g Sód 1 894,10 mg | |

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

| | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
|---|--|---|--|--------------|--|--|---|
| 2026-06-19 piątek LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem (Cukrzyca) | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 651,60 kcal Białko ogółem 38,80 g Tłuszcz 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 52,00 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 3,20 g Sód 431,50 mg | Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg | Szczawiowa z ryżem 300 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki rybne 2szt-150g A (GLU Psz, JAJ, RYB, SOJ, GLU Jęcz.) Sos grecki 120g A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 846,20 kcal Białko ogółem 51,10 g Tłuszcz 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 126,70 g cukry suma 32,90 g Błonnik pokarmowy 20,10 g Sól 1,50 g Sód 558,10 mg | | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 503,00 kcal Białko ogółem 30,80 g Tłuszcz 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 47,70 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,50 g Sód 101,20 mg | Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg | Wartość energetyczna[kcal] 2884,60 kcal Białko ogółem 140,20 g Tłuszcz 71,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Węglowodny przyswajalne 255,20 g cukry suma 63,40 g Błonnik pokarmowy 44,00 g Sól 7,30 g Sód 1108,30 mg |