

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela D01-Podślawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 133 /(porcja 515g)= 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,2 /(porcja 515g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,2 /(porcja 515g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 515g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /(porcja 515g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 515g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 515g)= 10,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 515g)= 1,60 g Sód (100g)= 67,8 /(porcja 515g)= 356,80 mg		Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL, Rolałka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,6 /(porcja 1120g)= 828,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1120g)= 39,10 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 1120g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 1120g)= 110,70 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 1120g)= 25,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 1120g)= 19,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,50 g Sód (100g)= 4,9 /(porcja 1120g)= 54,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szl-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)= 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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /(porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 100,00 kcal Białko ogółem 92,20 g Tłuszcz 74,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,30 g Węglowodny przyswajalne 252,20 g cukry suma 50,80 g Błonnik pokarmowy 34,00 g Sól 4,20 g Sód 881,00 mg	

15.06.2026. *Magdalena Kwiatkowska*  
 STARSZY DIETETYK

*mgr inż. Magdalena Kwiatkowska*

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6 /(porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /(porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /(porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /(porcja 570g)= 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Rolałka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 57 /(porcja 1120g)= 632,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /(porcja 1120g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 1120g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,5 /(porcja 1120g)= 94,50 g cukry suma (100g)= 1,2 /(porcja 1120g)= 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 1120g)= 11,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 6,1 /(porcja 1120g)= 67,40 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1szl-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23,3 /(porcja 350g)= 80,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /(porcja 350g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 4,5 /(porcja 350g)= 15,40 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6 /(porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 865,40 kcal Białko ogółem 81,00 g Tłuszcz 58,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 241,70 g cukry suma 38,30 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 2,10 g Sód 1 171,90 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 623,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 53,10 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 1,50 g Sód 220,90 mg	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g Sód 3,20 mg	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 100g Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 662,70 kcal Białko ogółem 36,10 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 84,60 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 18,30 g Sól 0,90 g Sód 48,10 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 119,60 kcal Białko ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 368,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 36,10 g cukry suma 6,40 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 824,70 kcal Białko ogółem 84,00 g Tłuszcz 68,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,60 g Węglowodny przyswajalne 207,00 g cukry suma 56,10 g Błonnik pokarmowy 32,20 g Sól 3,40 g Sód 560,50 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela D05-Lalwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,4 //porcja 570g)= 613,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 //porcja 570g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 3 //porcja 570g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 //porcja 570g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 //porcja 570g)= 82,50 g cukry suma (100g)= 3,3 //porcja 570g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 //porcja 570g)= 8,60 g Sól (100g)= .4 //porcja 570g)= 2,00 g Sód (100g)= 31,2 //porcja 570g)= 173,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 //porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 //porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 //porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 //porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 //porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 //porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 //porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 //porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16,2 //porcja 350g)= 55,80 mg	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 55,2 //porcja 1000g)= 552,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 //porcja 1000g)= 26,40 g Tłuszcz (100g)= .7 //porcja 1000g)= 7,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 //porcja 1000g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 //porcja 1000g)= 89,40 g cukry suma (100g)= 1,7 //porcja 1000g)= 16,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 //porcja 1000g)= 12,70 g Sól (100g)= 0 //porcja 1000g)= 0,40 g Sód (100g)= 16,2 //porcja 1000g)= 161,80 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 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] 1 759,40 kcal Białko ogółem 83,10 g Tłuszcz 36,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,30 g Węglowodny przyswajalne 264,70 g cukry suma 59,50 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 4,80 g Sód 406,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	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	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 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] 2 060,10 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D12 - Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) jogurt 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)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g)= 35,90 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 053,80 kcal Białko ogółem 116,80 g Tłuszcz 66,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,20 g Węglowodny przyswajalne 240,00 g cukry suma 22,40 g Błonnik pokarmowy 25,70 g Sól 0,70 g Sód 275,80 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6/(porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5/(porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6/(porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4/(porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1/(porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3/(porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9/(porcja 570g)= 627,40 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)= 0,3/(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)= 0,1/(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0/(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16,2/(porcja 350g)= 55,80 mg	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 57/(porcja 1120g)= 632,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7/(porcja 1120g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 1,2/(porcja 1120g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2/(porcja 1120g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,5/(porcja 1120g)= 94,50 g cukry suma (100g)= 1,2/(porcja 1120g)= 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 1120g)= 11,20 g Sól (100g)= 0/(porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 6,1/(porcja 1120g)= 67,40 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)= 0,5/(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2/(porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5/(porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 350g)= 0 g Sól (100g)= 0/(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3/(porcja 350g)= 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 Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7/(porcja 460g)= 471,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8/(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1/(porcja 460g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 460g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3/(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= 0,2/(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,6/(porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 975,40 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 60,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 261,90 g cukry suma 55,10 g Błonnik pokarmowy 25,20 g Sól 2,20 g Sód 1 220,10 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przysw. wegl(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2/(porcja 510g)= 465,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7/(porcja 510g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8/(porcja 510g)= 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3/(porcja 510g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4/(porcja 510g)= 37,00 g cukry suma (100g)= 1/(porcja 510g)= 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= 4/(porcja 510g)= 2,00 g Sód (100g)= 4,8/(porcja 510g)= 24,00 mg	Skyr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml 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)= 0 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0/(porcja 400g)= 0 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)= 0 g Sól (100g)= 0,1/(porcja 400g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,9/(porcja 400g)= 15,40 mg	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,9/(porcja 1120g)= 809,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5/(porcja 1120g)= 39,10 g Tłuszcz (100g)= 1,9/(porcja 1120g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3/(porcja 1120g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5/(porcja 1120g)= 105,70 g cukry suma (100g)= 1,8/(porcja 1120g)= 20,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 1120g)= 19,20 g Sól (100g)= 1/(porcja 1120g)= 1,60 g Sód (100g)= 5,6/(porcja 1120g)= 62,30 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,5/(porcja 460g)= 384,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4/(porcja 460g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 460g)= 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 460g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7/(porcja 460g)= 35,00 g cukry suma (100g)= 0,6/(porcja 460g)= 2,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 460g)= 7,20 g Sól (100g)= 4/(porcja 460g)= 1,90 g Sód (100g)= 3,6/(porcja 460g)= 16,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138,2/(porcja 130g)= 179,40 kcal Białko ogółem (100g)= 8,9/(porcja 130g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6/(porcja 130g)= 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9/(porcja 130g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,9/(porcja 130g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1,5/(porcja 130g)= 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8/(porcja 130g)= 4,90 g Sól (100g)= 1,2/(porcja 130g)= 1,50 g Sód (100g)= 1,8/(porcja 130g)= 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 936,10 kcal Białko ogółem 107,70 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,90 g Węglowodny przyswajalne 207,10 g cukry suma 35,90 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 7,20 g Sód 120,40 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 //(porcja 525g)= 484,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 //(porcja 525g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 5,4 //(porcja 525g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,2 //(porcja 525g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 //(porcja 525g)= 41,20 g cukry suma (100g)= 2,2 //(porcja 525g)= 11,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 //(porcja 525g)= 2,40 g Sól (100g)= .4 //(porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 3,1 //(porcja 525g)= 16,30 mg</p>		<p>Zupa z soczewicy czerwonej 300ml bez glutenowa A (SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ.) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE.) Ziemniaki 300g A Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,5 //(porcja 1220g)= 1 118,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 //(porcja 1220g)= 43,10 g Tłuszcz (100g)= 2,6 //(porcja 1220g)= 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 //(porcja 1220g)= 3,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 //(porcja 1220g)= 151,80 g cukry suma (100g)= 2,3 //(porcja 1220g)= 28,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 //(porcja 1220g)= 35,80 g Sól (100g)= .2 //(porcja 1220g)= 2,10 g Sód (100g)= 24,8 //(porcja 1220g)= 309,50 mg</p>	<p>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</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,3 //(porcja 475g)= 406,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 //(porcja 475g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4,2 //(porcja 475g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 //(porcja 475g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 //(porcja 475g)= 38,80 g cukry suma (100g)= 1,9 //(porcja 475g)= 9,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 //(porcja 475g)= 1,30 g Sól (100g)= .3 //(porcja 475g)= 1,40 g Sód (100g)= 1,8 //(porcja 475g)= 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 108,70 kcal Białko ogółem 75,10 g Tłuszcz 82,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,90 g Węglowodny przyswajalne 249,80 g cukry suma 54,10 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 5,70 g Sód 342,30 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela ML- Bezmielczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 //(porcja 575g)= 541,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 //(porcja 575g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3,7 //(porcja 575g)= 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 //(porcja 575g)= 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 //(porcja 575g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 2,3 //(porcja 575g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 //(porcja 575g)= 7,70 g Sól (100g)= .3 //(porcja 575g)= 1,50 g Sód (100g)= 79,6 //(porcja 575g)= 468,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 54,6 //(porcja 1120g)= 606,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 //(porcja 1120g)= 27,60 g Tłuszcz (100g)= 1,5 //(porcja 1120g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 //(porcja 1120g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 //(porcja 1120g)= 83,60 g cukry suma (100g)= 1,1 //(porcja 1120g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 //(porcja 1120g)= 8,80 g Sól (100g)= 0 //(porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 9,7 //(porcja 1120g)= 107,20 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 13 //(porcja 400g)= 52,20 kcal Białko ogółem (100g)= .3 //(porcja 400g)= 1,10 g Tłuszcz (100g)= .1 //(porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 //(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 2,5 //(porcja 400g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 2,4 //(porcja 400g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 //(porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 //(porcja 400g)= 0,10 g Sód (100g)= 4,7 //(porcja 400g)= 18,60 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,1 //(porcja 460g)= 468,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 //(porcja 460g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4,1 //(porcja 460g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 //(porcja 460g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 //(porcja 460g)= 55,70 g cukry suma (100g)= 1,6 //(porcja 460g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 //(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .2 //(porcja 460g)= 1,00 g Sód (100g)= 101,4 //(porcja 460g)= 468,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 668,90 kcal Białko ogółem 64,40 g Tłuszcz 56,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 214,80 g cukry suma 42,20 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 2,80 g Sód 1 055,00 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela We- Wegetariańska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 133 /(porcja 515g)= 700,20 kcal Biało ogółem (100g)= 6,2 /(porcja 515g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,2 /(porcja 515g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 515g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /(porcja 515g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 515g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 515g)= 10,50 g Sól (100g)= 3 /(porcja 515g)= 1,60 g Sód (100g)= 67,8 /(porcja 515g)= 356,80 mg		Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL.) Ziemniaki 200g a Mufinki jajeczne z warzywami 2szt-120g (GLU Psz, JAJ, MLE) Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,2 /(porcja 1020g)= 811,50 kcal Biało ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 1020g)= 38,40 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 1020g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,6 /(porcja 1020g)= 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 1020g)= 107,50 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1020g)= 25,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1020g)= 19,90 g Sól (100g)= 2 /(porcja 1020g)= 1,60 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 1020g)= 30,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal Biało ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= 0,5 /(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /(porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /(porcja 350g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasztet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135,4 /(porcja 510g)= 676,90 kcal Biało ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 510g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 8,1 /(porcja 510g)= 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 510g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 510g)= 59,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 510g)= 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 510g)= 6,60 g Sól (100g)= 4 /(porcja 510g)= 1,90 g Sód (100g)= 92,3 /(porcja 510g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 286,30 kcal Biało ogółem 89,60 g Tłuszcz 96,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 34,90 g Węglowodny przyswajalne 253,20 g cukry suma 51,70 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 5,20 g Sód 857,00 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela CIAŻA COZA- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twaróg naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Biało ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęczz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 759,60 kcal Biało ogółem 35,60 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g Węglowodny przyswajalne 107,00 g cukry suma 11,96 g Błonnik pokarmowy 16,40 g Sól 3,20 g Sód 1 220,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 99,70 kcal Biało ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 18,00 g cukry suma 5,00 g Błonnik pokarmowy 0 g Sól 0,10 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 Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Biało ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 011,50 kcal Biało ogółem 86,80 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,70 g Węglowodny przyswajalne 259,20 g cukry suma 42,30 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sól 5,10 g Sód 2 317,20 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	CIAŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglci Cukrzycowa	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE), Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 463,00 kcal Białko ogółem 23,50 g Tłuszcz 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,70 g Węglowodny przyswajalne 37,00 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL), Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 874,70 kcal Białko ogółem 61,70 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 105,70 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 19,20 g Sól 1,70 g Sód 129,50 mg		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Twarożek 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 40,00 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g Sód 68,80 mg	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Węglowodny przyswajalne 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,90 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,30 kcal Białko ogółem 147,10 g Tłuszcz 71,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,00 g Węglowodny przyswajalne 213,10 g cukry suma 41,60 g Błonnik pokarmowy 40,10 g Sól 7,80 g Sód 237,60 mg

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-06-21 niedziela	LAKTACJA C02 Dieta ratowstrama	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 680,90 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,80 g Sód 627,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL), Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 632,80 kcal Białko ogółem 29,80 g Tłuszcz 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 94,50 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 11,20 g Sól 0,20 g Sód 67,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 99,70 kcal Białko ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 18,00 g cukry suma 5,00 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 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 Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 884,70 kcal Białko ogółem 81,00 g Tłuszcz 58,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 246,70 g cukry suma 43,30 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 2,10 g Sód 1 164,30 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 2026-06-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela LAKTACJAC03-D, z ograni. ilości przysysa.węgl(Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 463,00 kcal Białko ogółem 23,50 g Tłuszcz 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,70 g Węglowodny przyswajalne 37,00 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL.) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 874,70 kcal Białko ogółem 61,70 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 105,70 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 19,20 g Sól 1,70 g Sód 129,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Gołonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,40 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 40,00 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g Sód 68,80 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,90 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2164,30 kcal Białko ogółem 147,10 g Tłuszcz 71,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,00 g Węglowodny przyswajalne 213,10 g cukry suma 41,60 g Błonnik pokarmowy 40,10 g Sól 7,80 g Sód 237,60 mg