

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek D01-Podstawowa	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenno-razowy 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /porcja 555g)= 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /porcja 555g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 555g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 555g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /porcja 555g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 555g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 555g)= 7,30 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 555g)= 0,80 g Sód (100g)= 51,3 /porcja 555g)= 284,80 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z fasolą białą, pieczarkami, papryką i pieczonymi ziemniakami 300g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,8 /porcja 1000g)= 877,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1000g)= 31,80 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1000g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1000g)= 122,60 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 1000g)= 25,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /porcja 1000g)= 30,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 4,1 /porcja 1000g)= 40,70 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)= 0,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p>	<p>Chleb żytnio-pszenno 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,7 /porcja 535g)= 535,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 535g)= 16,40 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 535g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 535g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 535g)= 63,90 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 535g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 535g)= 5,60 g Sól (100g)= 0,5 /porcja 535g)= 2,40 g Sód (100g)= 53,3 /porcja 535g)= 280,50 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 005,00 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 63,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 254,20 g cukry suma 64,50 g Błonnik pokarmowy 46,50 g Sól 3,70 g Sód 613,80 mg</p>	

15.06.2026. Jędrzej  
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek D02-Lawostrawna	<p>chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 /porcja 570g)= 517,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 /porcja 570g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 570g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 /porcja 570g)= 63,40 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 570g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,70 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 570g)= 0,50 g Sód (100g)= 64,8 /porcja 570g)= 471,30 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300g A (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,9 /porcja 1000g)= 758,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1000g)= 38,10 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1000g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1000g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 /porcja 1000g)= 94,00 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1000g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1000g)= 22,00 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 4,7 /porcja 1000g)= 46,50 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)= 0,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,5 /porcja 490g)= 562,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 490g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 490g)= 70,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 490g)= 4,50 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 490g)= 2,10 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 934,70 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 61,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 237,80 g cukry suma 54,50 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 3,10 g Sód 987,30 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 419,10 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,10 g Węglowodny przyswajalne 43,00 g cukry suma 16,60 g Błonnik pokarmowy 6,00 g Sól 0,70 g Sód 148,90 mg	Jabłko 130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 68,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 14,60 g cukry suma 14,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Kociolatek chłopski z fasolą białą, pieczarkami, papryką i pieczonymi ziemniakami 300g (GLU Psz,) Surówka porowa 100g G (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 795,40 kcal Białko ogółem 30,90 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 114,60 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 0,30 g Sód 40,70 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 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 461,80 kcal Białko ogółem 13,70 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 51,00 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 2,00 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 840,10 kcal Białko ogółem 75,80 g Tłuszcz 57,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 233,20 g cukry suma 71,60 g Błonnik pokarmowy 42,00 g Sól 3,20 g Sód 487,60 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81 //(porcja 570g )= 450,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 //(porcja 570g )= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 1,1 //(porcja 570g )= 6,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 //(porcja 570g )= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 //(porcja 570g )= 67,30 g cukry suma (100g)= 2,9 //(porcja 570g )= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 //(porcja 570g )= 4,80 g Sól (100g)= .3 //(porcja 570g )= 1,70 g Sód (100g)= 3,1 //(porcja 570g )= 17,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 //(porcja 350g )= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 //(porcja 350g )= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 //(porcja 350g )= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 //(porcja 350g )= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 //(porcja 350g )= 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 //(porcja 350g )= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 //(porcja 350g )= 0,20 g Sól (100g)= 0 //(porcja 350g )= 0,10 g Sód (100g)= 16,2 //(porcja 350g )= 55,80 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Kociolatek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300gA (GLU Psz,) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,9 //(porcja 1000g )= 758,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 //(porcja 1000g )= 38,10 g Tłuszcz (100g)= 2,1 //(porcja 1000g )= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 //(porcja 1000g )= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 //(porcja 1000g )= 94,00 g cukry suma (100g)= 1,6 //(porcja 1000g )= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 //(porcja 1000g )= 22,00 g Sól (100g)= 0 //(porcja 1000g )= 0,30 g Sód (100g)= 4,7 //(porcja 1000g )= 46,50 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,9 //(porcja 490g )= 494,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 //(porcja 490g )= 17,20 g Tłuszcz (100g)= 2,7 //(porcja 490g )= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 //(porcja 490g )= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,9 //(porcja 490g )= 74,30 g cukry suma (100g)= 2,6 //(porcja 490g )= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 //(porcja 490g )= 3,60 g Sól (100g)= .7 //(porcja 490g )= 3,30 g Sód (100g)= 1,6 //(porcja 490g )= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 889,80 kcal Białko ogółem 94,70 g Tłuszcz 45,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 260,80 g cukry suma 66,70 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 5,60 g Sód 135,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek 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 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 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek 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,) 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 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)= 8,70 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 41,00 /(porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	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] 2 058,80 kcal Białko ogółem 116,00 g Tłuszcz 67,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 234,80 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 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 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 220g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96 /porcja 670g)= 639,90 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 670g)= 46,60 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 670g)= 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 670g)= 12,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 670g)= 68,00 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 670g)= 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 670g)= 5,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 670g)= 0,60 g Sód (100g)= 70,7 /porcja 670g)= 471,30 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300gA (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,9 /porcja 1000g)= 758,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1000g)= 38,10 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1000g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1000g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 /porcja 1000g)= 94,00 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1000g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1000g)= 22,00 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 4,7 /porcja 1000g)= 46,50 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) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,5 /porcja 490g)= 562,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 490g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 490g)= 70,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 490g)= 2,10 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 147,40 kcal Białko ogółem 111,60 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 257,60 g cukry suma 70,90 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 3,30 g Sód 1 043,10 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 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 550g)= 438,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 550g)= 27,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 550g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 550g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,9 /porcja 550g)= 43,60 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 550g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 550g)= 9,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 550g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,7 /porcja 550g)= 20,70 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z fasolą białą, pieczarkami, papryką i pieczonymi ziemniakami 300g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,6 /porcja 1000g)= 825,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 1000g)= 31,40 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1000g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 1000g)= 110,60 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1000g)= 22,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /porcja 1000g)= 30,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 5,6 /porcja 1000g)= 56,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A 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) Rukola 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 /porcja 530g)= 477,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 530g)= 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 530g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 530g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 530g)= 49,90 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 530g)= 7,40 g Sól (100g)= .6 /porcja 530g)= 3,00 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 530g)= 16,30 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250,1 /porcja 100g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 10,5 /porcja 100g)= 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 7,4 /porcja 100g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 23,1 /porcja 100g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 100g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5 /porcja 100g)= 5,00 g Sól (100g)= 1,3 /porcja 100g)= 1,30 g Sód (100g)= 0 /porcja 100g)= mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 068,10 kcal Białko ogółem 94,20 g Tłuszcz 72,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,00 g Węglowodny przyswajalne 232,20 g cukry suma 48,60 g Błonnik pokarmowy 55,10 g Sól 6,20 g Sód 108,50 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 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,2 /porcja 565g )= 456,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 565g )= 21,70 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 565g )= 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 565g )= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,6 /porcja 565g )= 47,90 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 565g )= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6 /porcja 565g )= 3,10 g Sól (100g)= 3 /porcja 565g )= 1,40 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 565g )= 13,00 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Kociołek chłopski z fasolą białą, pieczarkami, papryką i pieczonymi ziemniakami 300g A bezglutenowy Surowka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,8 /porcja 1000g )= 927,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1000g )= 28,10 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 1000g )= 36,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1000g )= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /porcja 1000g )= 109,90 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1000g )= 23,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 1000g )= 30,00 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1000g )= 0,70 g Sód (100g)= 25 /porcja 1000g )= 250,00 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)= 0,1 /porcja 251g )= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g )= 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1 /porcja 540g )= 489,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /porcja 540g )= 12,40 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 540g )= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 540g )= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 540g )= 58,60 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 540g )= 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 540g )= 1,50 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 540g )= 1,30 g Sód (100g)= 2 /porcja 540g )= 10,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 969,60 kcal Białko ogółem 66,70 g Tłuszcz 81,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 226,40 g cukry suma 61,50 g Błonnik pokarmowy 37,60 g Sól 3,60 g Sód 281,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 /porcja 575g )= 550,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 575g )= 20,80 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 575g )= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 /porcja 575g )= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 575g )= 77,20 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 575g )= 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 575g )= 5,50 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 575g )= 0,40 g Sód (100g)= 79,9 /porcja 575g )= 470,20 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Kociołek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300gA (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 63,9 /porcja 1000g )= 639,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 1000g )= 31,30 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1000g )= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1000g )= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /porcja 1000g )= 75,10 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 1000g )= 14,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1000g )= 19,10 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1000g )= 0,70 g Sód (100g)= 25,3 /porcja 1000g )= 253,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,4 /porcja 450g )= 88,20 kcal Białko ogółem (100g)= 0,2 /porcja 450g )= 1,00 g Tłuszcz (100g)= 0,30 g /porcja 450g )= 1,35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 450g )= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 450g )= 18,90 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 450g )= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 450g )= 2,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g )= 0 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 450g )= 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,1 /porcja 490g )= 540,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g )= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 490g )= 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 /porcja 490g )= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 490g )= 70,30 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g )= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 490g )= 4,50 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 490g )= 2,10 g Sód (100g)= 92,2 /porcja 490g )= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 818,30 kcal Białko ogółem 70,20 g Tłuszcz 56,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 241,50 g cukry suma 42,40 g Błonnik pokarmowy 32,00 g Sól 3,20 g Sód 1 191,80 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek We- Wegetarińska	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 555g)= 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 555g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 555g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 555g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /(porcja 555g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 /(porcja 555g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 555g)= 7,30 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 555g)= 0,80 g Sód (100g)= 51,3 /(porcja 555g)= 284,80 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociolatek chłopski z fasolą białą, pieczarkami, papryką i pieczonymi ziemniakami 300g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,8 /(porcja 1000g)= 877,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 1000g)= 31,80 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1000g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 1000g)= 122,60 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1000g)= 25,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /(porcja 1000g)= 30,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 4,1 /(porcja 1000g)= 40,70 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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /(porcja 530g)= 564,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 530g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 530g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 530g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /(porcja 530g)= 70,60 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 530g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 530g)= 4,50 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 530g)= 2,10 g Sód (100g)= 87,7 /(porcja 530g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 034,30 kcal Białko ogółem 82,50 g Tłuszcz 63,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 260,90 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 45,40 g Sól 3,40 g Sód 795,00 mg	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 11 z 15

Formularz: Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f13

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-06-15 12:51:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek CIĄŻA COZA- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociolatek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300gA (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 758,80 kcal Białko ogółem 38,10 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 94,00 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 22,00 g Sól 0,30 g Sód 46,50 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.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,30 kcal Białko ogółem 17,10 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,40 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 934,70 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 61,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 237,80 g cukry suma 54,50 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 3,10 g Sód 987,30 mg	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 12 z 15

Formularz: Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f13

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-06-15 12:51:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22, poniedziałek CIAŻAC03-Ograniczenie kalw.przys. węglu(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 220g (MLE.) Szyńka łosiowa z kurcząt 60g (SOJ.) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 563,50 kcal Białko ogółem 54,90 g Tłuszcz 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,60 g Sód 19,80 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z fasolą białą i pieczonymi ziemniakami 350g (GLU Psz.) Surowka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 879,80 kcal Białko ogółem 40,50 g Tłuszcz 31,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 96,70 g cukry suma 19,90 g Błonnik pokarmowy 22,30 g Sól 0,30 g Sód 76,90 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,50 kcal Białko ogółem 20,70 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 310,90 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 366,10 kcal Białko ogółem 141,00 g Tłuszcz 87,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalne 224,60 g cukry suma 51,40 g Błonnik pokarmowy 46,80 g Sól 6,60 g Sód 127,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22, poniedziałek LAKTACJA C12-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kociołek chłopski z gulaszem drobiowym i pieczonymi ziemniakami 300gA (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 758,80 kcal Białko ogółem 38,10 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 94,00 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 22,00 g Sól 0,30 g Sód 46,50 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.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,30 kcal Białko ogółem 17,10 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,40 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 934,70 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 61,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 237,80 g cukry suma 54,50 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 3,10 g Sód 987,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-06-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-22 poniedziałek LAKTACJAC08-D. z ogranicz. ilością przysw. węgl. Cukrzyca	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 220g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 563,50 kcal Białko ogółem 54,90 g Tłuszcz 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,60 g Sód 19,80 mg</p>	<p>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</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Kociołek chłopski z fasolą białą i pieczonymi ziemniakami 350g (GLU Psz) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 879,80 kcal Białko ogółem 40,50 g Tłuszcz 31,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 96,70 g cukry suma 19,90 g Błonnik pokarmowy 22,30 g Sól 0,30 g Sód 76,90 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,50 kcal Białko ogółem 20,70 g Tłuszcz 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 7,90 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 60g A (MLE) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 310,90 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 366,10 kcal Białko ogółem 141,00 g Tłuszcz 87,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,00 g Węglowodny przyswajalne 224,60 g cukry suma 51,40 g Błonnik pokarmowy 46,80 g Sól 6,60 g Sód 127,50 mg</p>