

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela D01-Prdiastawowa	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (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)= 140 /(porcja 510g)= 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6.5 /(porcja 510g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6.5 /(porcja 510g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 510g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 /(porcja 510g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 510g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 510g)= 10,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 510g)= 1,60 g Sód (100g)= 71.4 /(porcja 510g)= 356,80 mg		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.5 /(porcja 1090g)= 872,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 1090g)= 40,90 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1090g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1090g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /(porcja 1090g)= 140,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1090g)= 21,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1090g)= 33,00 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1090g)= 1,30 g Sód (100g)= 7.3 /(porcja 1090g)= 80,80 mg			chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.2 /(porcja 520g)= 669,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 520g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 520g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 520g)= 4,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87.7 /(porcja 520g)= 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 242,00 kcal Białko ogółem 89,60 g Tłuszcz 68,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,90 g Węglowodny przyswajalne 263,70 g cukry suma 46,70 g Błonnik pokarmowy 47,90 g Sól 4,90 g Sód 899,30 mg

07.04.2026. *dupa*  
STARSZY DIETETYK  
mgr inż. *Magdalena Kwiatkowska*

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f3

strona 1 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-07 14:01:52

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela D02-Latwostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.4 /(porcja 570g)= 685,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 570g)= 31,00 g Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 570g)= 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 570g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 570g)= 78,60 g cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 570g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,60 g Sód (100g)= 106.5 /(porcja 570g)= 591,40 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 Bukiet warzyw duszony 120g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.2 /(porcja 1090g)= 768,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1090g)= 34,30 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1090g)= 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1090g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 1090g)= 127,10 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1090g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1090g)= 24,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1090g)= 0,40 g Sód (100g)= 12.2 /(porcja 1090g)= 135,90 mg			chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.2 /(porcja 520g)= 669,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 520g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 520g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 520g)= 4,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87.7 /(porcja 520g)= 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 123,40 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 54,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 261,00 g cukry suma 45,30 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 3,00 g Sód 1 189,00 mg

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f3

strona 2 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-07 14:01:52

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (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	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 820,00 kcal Białko ogółem 40,30 g Tłuszcz 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 135,10 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 31,20 g Sól 0,90 g Sód 80,80 mg	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g Sód mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawrska 60g (JAJ, SEL, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 394,30 kcal Białko ogółem 12,10 g Tłuszcz 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 42,90 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,10 g Sól 1,30 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 967,20 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 61,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,20 g Węglowodny przyswajalne 254,30 g cukry suma 48,30 g Błonnik pokarmowy 46,60 g Sól 3,80 g Sód 585,40 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 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela DOB-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,2 /porcja 570g = 617,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 570g = 31,00 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 570g = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 570g = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,9 /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)= .3 /porcja 570g = 1,80 g Sód (100g)= 24,8 /porcja 570g = 137,50 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70 /porcja 100g = 70,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /porcja 100g = 5,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 100g = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 100g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 100g = 10,20 g cukry suma (100g)= 6,8 /porcja 100g = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 100g = 0,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 100g = 0,10 g Sód (100g)= 48 /porcja 100g = 48,00 mg	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Marchew duszona 120g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,6 /porcja 1000g = 885,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1000g = 36,80 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 1000g = 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1000g = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1000g = 122,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1000g = 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1000g = 21,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1000g = 0,50 g Sód (100g)= 4,6 /porcja 1000g = 46,40 mg	Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 /porcja 150g = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /porcja 150g = 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2 /porcja 150g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 150g = 12,40 g cukry suma (100g)= 8,1 /porcja 150g = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 150g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 150g = g Sód (100g)= 1 /porcja 150g = 1,50 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,3 /porcja 420g = 359,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 420g = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 420g = 4,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 420g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,4 /porcja 420g = 59,80 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 420g = 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 420g = 3,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 420g = 2,20 g Sód (100g)= 1,9 /porcja 420g = 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 989,50 kcal Białko ogółem 90,90 g Tłuszcz 45,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 287,80 g cukry suma 60,20 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 4,60 g Sód 241,20 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 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 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 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 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 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 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] 2 053,80 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 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 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)= .1 //porcja 570g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 //porcja 570g)= 627,40 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70 //porcja 100g)= 70,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 //porcja 100g)= 5,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 //porcja 100g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 //porcja 100g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 //porcja 100g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 6,8 //porcja 100g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 //porcja 100g)= 0,20 g Sól (100g)= .1 //porcja 100g)= 0,10 g Sód (100g)= 48 //porcja 100g)= 48,00 mg	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 120g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,2 //porcja 1090g)= 768,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 //porcja 1090g)= 34,30 g Tłuszcz (100g)= .9 //porcja 1090g)= 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 //porcja 1090g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 //porcja 1090g)= 127,10 g cukry suma (100g)= 1,4 //porcja 1090g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 //porcja 1090g)= 24,80 g Sól (100g)= 0 //porcja 1090g)= 0,40 g Sód (100g)= 12,2 //porcja 1090g)= 135,90 mg	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 //porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 //porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 //porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 //porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 //porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 //porcja 100g)= 0 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 //porcja 100g)= 0 g Sól (100g)= .1 //porcja 100g)= 0,10 g Sód (100g)= 0 //porcja 100g)= 0 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127,2 //porcja 520g)= 669,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 //porcja 520g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3,5 //porcja 520g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 //porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 //porcja 520g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 2,2 //porcja 520g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 //porcja 520g)= 4,40 g Sól (100g)= .4 //porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87,7 //porcja 520g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 267,60 kcal Białko ogółem 89,50 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 284,10 g cukry suma 52,20 g Błonnik pokarmowy 38,90 g Sól 3,40 g Sód 1 273,00 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przys. weg.(Cukrzycowa)	Pieczynko 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	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70 //porcja 100g)= 70,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 //porcja 100g)= 5,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 //porcja 100g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 //porcja 100g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 //porcja 100g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 6,8 //porcja 100g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 //porcja 100g)= 0,20 g Sól (100g)= .1 //porcja 100g)= 0,10 g Sód (100g)= 48 //porcja 100g)= 48,00 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,8 //porcja 1090g)= 853,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 //porcja 1090g)= 41,00 g Tłuszcz (100g)= 1,6 //porcja 1090g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 //porcja 1090g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 //porcja 1090g)= 135,60 g cukry suma (100g)= 1,5 //porcja 1090g)= 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 //porcja 1090g)= 33,00 g Sól (100g)= .1 //porcja 1090g)= 1,30 g Sód (100g)= 8 //porcja 1090g)= 88,50 mg			Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,6 //porcja 520g)= 582,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 //porcja 520g)= 14,30 g Tłuszcz (100g)= 3,4 //porcja 520g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 //porcja 520g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,6 //porcja 520g)= 34,60 g cukry suma (100g)= 1,3 //porcja 520g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 //porcja 520g)= 7,30 g Sól (100g)= .5 //porcja 520g)= 2,90 g Sód (100g)= 3,1 //porcja 520g)= 16,30 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną 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)= .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] 2 150,50 kcal Białko ogółem 95,50 g Tłuszcz 64,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,60 g Węglowodny przyswajalne 240,60 g cukry suma 37,40 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 7,80 g Sód 179,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /porcja 525g)= 484,00 kcal</b> 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 przyswajalny (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>Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutnowa (SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,4 /porcja 1190g)= 992,60 kcal</b> Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1190g)= 40,80 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1190g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1190g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 12 /porcja 1190g)= 150,40 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1190g)= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 1190g)= 37,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1190g)= 1,30 g Sód (100g)= 8,9 /porcja 1190g)= 110,90 mg</p>			<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,3 /porcja 535g)= 601,50 kcal</b> Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 535g)= 9,50 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 535g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,3 /porcja 535g)= 38,30 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 535g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 535g)= 1,40 g Sól (100g)= .6 /porcja 535g)= 3,20 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,70 mg</p>		<p><b>Wartość energetyczna[kcal] 2 078,10 kcal</b> Białko ogółem 67,80 g Tłuszcz 77,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,60 g Węglowodny przyswajalny 229,90 g cukry suma 46,60 g Błonnik pokarmowy 40,80 g Sól 6,60 g Sód 135,90 mg</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela ML- Bezmielczna	<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,3 /porcja 575g)= 531,40 kcal</b> Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 575g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 575g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 575g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalny (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 mączna A (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A bez mączny Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 120g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68,5 /porcja 1090g)= 761,50 kcal</b> Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1090g)= 32,00 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1090g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1090g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,3 /porcja 1090g)= 114,70 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1090g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1090g)= 22,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 1090g)= 0,40 g Sód (100g)= 15,8 /porcja 1090g)= 175,80 mg</p>			<p>chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123 /porcja 520g)= 647,60 kcal</b> Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,30 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 520g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,5 /porcja 520g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 520g)= 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 87,5 /porcja 520g)= 460,80 mg</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal] 1 940,50 kcal</b> Białko ogółem 66,60 g Tłuszcz 53,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalny 235,30 g cukry suma 39,90 g Błonnik pokarmowy 34,40 g Sól 3,90 g Sód 1 105,00 mg</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (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)= 140 /(porcja 510g)= 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 510g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,5 /(porcja 510g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 510g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /(porcja 510g)= 67,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 510g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /(porcja 510g)= 10,50 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 510g)= 1,60 g Sód (100g)= 71,4 /(porcja 510g)= 356,80 mg		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL, JAJ) Jajko sadzone 2szt. Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,7 /(porcja 970g)= 876,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 970g)= 34,20 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /(porcja 970g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /(porcja 970g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /(porcja 970g)= 124,80 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 970g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,2 /(porcja 970g)= 31,50 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 970g)= 1,30 g Sód (100g)= 7,3 /(porcja 970g)= 72,70 mg			chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Mandarynka 130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,2 /(porcja 610g)= 664,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 610g)= 11,30 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 610g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 610g)= 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1 /(porcja 610g)= 63,30 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 610g)= 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 610g)= 6,30 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 610g)= 1,50 g Sód (100g)= 73,9 /(porcja 610g)= 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 240,80 kcal Białko ogółem 77,90 g Tłuszcz 76,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g Węglowodny przyswajalne 255,90 g cukry suma 45,90 g Błonnik pokarmowy 48,30 g Sól 4,40 g Sód 891,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-12 niedziela CIAŻA COZA- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 685,40 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,60 g Węglowodny przyswajalne 78,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,60 g Sód 591,40 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 Bukiet warzyw duszony 120g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 768,40 kcal Białko ogółem 34,30 g Tłuszcz 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 127,10 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,40 g Sód 135,90 mg			chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 669,30 kcal Białko ogółem 16,30 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 123,10 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 54,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 261,00 g cukry suma 45,30 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 3,00 g Sód 1 189,00 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela	CMZAC03-Ograniczenie łatw.przys. węgl(Cukrzycowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE), Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 444,10 kcal Białko ogółem 23,40 g Tłuszcz 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalne 36,90 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] 70,00 kcal Białko ogółem 5,20 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 0,20 g Sól 0,10 g Sód 48,00 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL), Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 853,20 kcal Białko ogółem 41,00 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 135,60 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 33,00 g Sól 1,30 g Sód 88,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR), Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 560,40 kcal Białko ogółem 14,30 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 34,60 g cukry suma 6,70 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 2,90 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 179,40 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 23,20 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,50 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 107,10 kcal Białko ogółem 95,40 g Tłuszcz 59,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 240,50 g cukry suma 37,30 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 7,80 g Sód 177,40 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela	LAKTACJA C02-Dieta łatwostrama	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek 120g A (MLE), Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] 685,40 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,60 g Węglowodny przyswajalne 78,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,60 g Sód 591,40 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 Bukiet warzyw duszony 120g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 768,40 kcal Białko ogółem 34,30 g Tłuszcz 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 127,10 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,40 g Sód 135,90 mg		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR), Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 669,30 kcal Białko ogółem 16,30 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 2,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 123,10 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 54,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 261,00 g cukry suma 45,30 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 3,00 g Sód 1 189,00 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-12 niedziela LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węgla (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 444,10 kcal Białko ogółem 23,40 g Tłuszcz 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalny 36,90 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 70,00 kcal Białko ogółem 5,20 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalny 10,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 0,20 g Sól 0,10 g Sód 48,00 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 120g G (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 853,20 kcal Białko ogółem 41,00 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalny 135,60 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 33,00 g Sól 1,30 g Sód 88,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 560,40 kcal Białko ogółem 14,30 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalny 34,60 g cukry suma 6,70 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 2,90 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 179,40 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalny 23,20 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,50 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2107,10 kcal Białko ogółem 95,40 g Tłuszcz 59,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalny 240,50 g cukry suma 37,30 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 7,80 g Sód 177,40 mg