

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek D01- Podstawowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenno 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,3 /(porcja 650g)= 575,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 650g)= 32,10 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 650g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 650g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /(porcja 650g)= 70,70 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 650g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 650g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 650g)= 0,90 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80 /(porcja 1070g)= 889,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 1070g)= 35,70 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1070g)= 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1070g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,7 /(porcja 1070g)= 163,70 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 1070g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1070g)= 20,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1070g)= 0,30 g			chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /(porcja 530g)= 564,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 530g)= 17,10 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)= 13,5 /(porcja 530g)= 70,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 530g)= 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 530g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 029,20 kcal Białko ogółem 84,90 g Tłuszcz 49,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 305,30 g cukry suma 48,00 g Błonnik pokarmowy 32,20 g Sól 3,30 g

2026.04.2026. diet  
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,5 /(porcja 670g)= 596,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 670g)= 32,80 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 670g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 670g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /(porcja 670g)= 76,40 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 670g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 670g)= 5,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 670g)= 0,60 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,6 /(porcja 871g)= 823,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 871g)= 34,20 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 871g)= 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 871g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,9 /(porcja 871g)= 144,60 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 871g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 871g)= 13,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 871g)= 0,30 g			chleb żytnio-pszenno 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,9 /(porcja 530g)= 604,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 530g)= 16,90 g Tłuszcz (100g)= 5,2 /(porcja 530g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /(porcja 530g)= 70,00 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 530g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 530g)= 4,30 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 025,60 kcal Białko ogółem 83,90 g Tłuszcz 52,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 291,00 g cukry suma 46,40 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 3,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek 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) 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	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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 100g A Surówka z marchwi 100g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 656,80 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 9,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 112,90 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 14,80 g Sól 0,40 g	Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 54,80 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 11,10 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól g	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 462,00 kcal Białko ogółem 13,60 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 51,30 g cukry suma 12,30 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 662,70 kcal Białko ogółem 75,10 g Tłuszcz 46,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,50 g Węglowodny przyswajalne 228,50 g cukry suma 63,30 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 3,20 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 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)= 0,7 / (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)= 0,9 / (porcja 570g) = 4,80 g Sól (100g)= 0,3 / (porcja 570g) = 1,70 g	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) = g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 100g) = g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 100g) = 0,10 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 220g A Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Marchew duszona 120g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67 / (porcja 1070g) = 74,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 1070g) = 28,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 1070g) = 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 1070g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 / (porcja 1070g) = 105,20 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 1070g) = 16,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 / (porcja 1070g) = 14,80 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 1070g) = 0,90 g	Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 / (porcja 150g) = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 150g) = 0,30 g Tłuszcz (100g)= 0,2 / (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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102 / (porcja 530g) = 537,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 530g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 530g) = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 / (porcja 530g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 / (porcja 530g) = 73,90 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 530g) = 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,7 / (porcja 530g) = 3,40 g Sól (100g)= 0,6 / (porcja 530g) = 3,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 867,20 kcal Białko ogółem 78,80 g Tłuszcz 46,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,70 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 58,10 g Błonnik pokarmowy 24,50 g Sól 6,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek D11- Paptkowata	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	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /porcja 600g = 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 600g = 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 600g = 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 600g = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 600g = 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 600g = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 600g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 600g = 0,20 g	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	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			Wartość energetyczna[kcal] 2 069,10 kcal Białko ogółem 123,60 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 234,50 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,70 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /porcja 600g = 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 600g = 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 600g = 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 600g = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 600g = 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 600g = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 600g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 600g = 0,20 g	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	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	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		Wartość energetyczna[kcal] 2 062,80 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,60 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek D07- Bogalobialkowa	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] (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)= .1/(porcja 570g)= 0,50 g	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 Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 100g)= 0 Sól (100g)= .1/(porcja 100g)= 0,10 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE), Ryz biały 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE), Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.6/(porcja 871g)= 823,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8/(porcja 871g)= 34,20 g Tłuszcz (100g)= 1/(porcja 871g)= 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 871g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.9/(porcja 871g)= 144,60 g cukry suma (100g)= 1.9/(porcja 871g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 871g)= 13,20 g Sól (100g)= 0/(porcja 871g)= 0,30 g	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 51.9/(porcja 200g)= 103,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8/(porcja 200g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 200g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 200g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6/(porcja 200g)= 17,20 g cukry suma (100g)= 3.4/(porcja 200g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 200g)= 1,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g)= 0,10 g	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ), Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114.7/(porcja 580g)= 674,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8/(porcja 580g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 5.5/(porcja 580g)= 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6/(porcja 580g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12/(porcja 580g)= 70,30 g cukry suma (100g)= 2.1/(porcja 580g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7/(porcja 580g)= 4,30 g Sól (100g)= .4/(porcja 580g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 199,30 kcal Białko ogółem 95,00 g Tłuszcz 59,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 308,50 g cukry suma 53,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 3,10 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzykowa)	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z pietruszką 120g (MLE), Papryka świeża 30g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.1/(porcja 500g)= 420,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4/(porcja 500g)= 27,00 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 500g)= 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 500g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2/(porcja 500g)= 41,10 g cukry suma (100g)= 2/(porcja 500g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6/(porcja 500g)= 8,00 g Sól (100g)= .3/(porcja 500g)= 1,40 g	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 51.9/(porcja 200g)= 103,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8/(porcja 200g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 200g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 200g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6/(porcja 200g)= 17,20 g cukry suma (100g)= 3.4/(porcja 200g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 200g)= 1,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g)= 0,10 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE), Ryz pełnoziarnisty 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62/(porcja 1070g)= 689,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.7/(porcja 1070g)= 30,10 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 1070g)= 9,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1070g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2/(porcja 1070g)= 124,60 g cukry suma (100g)= 1.3/(porcja 1070g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6/(porcja 1070g)= 17,90 g Sól (100g)= 0/(porcja 1070g)= 0,30 g		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.7/(porcja 530g)= 477,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9/(porcja 530g)= 15,10 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)= 50,20 g cukry suma (100g)= 1.6/(porcja 530g)= 8,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4/(porcja 530g)= 7,40 g Sól (100g)= .6/(porcja 530g)= 3,00 g	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Mix салат 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 178.2/(porcja 140g)= 250,90 kcal Białko ogółem (100g)= 7.4/(porcja 140g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 8.2/(porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2/(porcja 140g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.7/(porcja 140g)= 23,50 g cukry suma (100g)= 1.2/(porcja 140g)= 1,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5/(porcja 140g)= 5,00 g Sól (100g)= .9/(porcja 140g)= 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 942,10 kcal Białko ogółem 88,30 g Tłuszcz 58,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,70 g Węglowodny przyswajalne 256,60 g cukry suma 41,40 g Błonnik pokarmowy 39,90 g Sól 6,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek GI - Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.3 /porcja 665g)= 535,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 665g)= 24,90 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 665g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 665g )= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /porcja 665g)= 60,90 g cukry suma (100g)= 2.8 /porcja 665g)= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 665g )= 3,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 665g)= 1,50 g		Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem bez glutenowy 200g A Ryż pełnoziarnisty 220g A Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.8 /porcja 1070g)= 1 063,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 1070g)= 47,00 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /porcja 1070g)= 15,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1070g )= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.3 /porcja 1070g)= 192,40 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 1070g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /porcja 1070g)= 23,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 1070g)= 0,50 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.1 /porcja 540g)= 490,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /porcja 540g)= 12,20 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)= 11.2 /porcja 540g)= 58,90 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 540g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 540g )= 1,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 089,40 kcal Białko ogółem 84,10 g Tłuszcz 59,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 312,20 g cukry suma 47,20 g Błonnik pokarmowy 28,40 g Sól 3,30 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek ML - Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.2 /porcja 575g)= 512,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 575g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 575g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 575g )= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /porcja 575g)= 67,30 g cukry suma (100g)= 7.9 /porcja 575g)= 46,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /porcja 575g )= 8,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 575g)= 0,40 g		Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem bez glutenowy 200g A Ryż biały 220g A Marchew duszona 120g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /porcja 1070g)= 947,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 1070g)= 45,10 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /porcja 1070g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /porcja 1070g )= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /porcja 1070g)= 157,30 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 1070g)= 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /porcja 1070g)= 15,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 1070g)= 0,60 g		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.8 /porcja 530g)= 583,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 530g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 4.7 /porcja 530g)= 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 530g )= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.3 /porcja 530g)= 69,90 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 530g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 530g )= 4,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 530g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 043,50 kcal Białko ogółem 82,60 g Tłuszcz 53,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,40 g Węglowodny przyswajalne 294,50 g cukry suma 76,80 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 3,10 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek We- Wegetariańska	<p>Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Pieczywo żytnio-pszennorazowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,3 /(porcja 650g )= 575,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 650g )= 32,10 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 650g )= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 650g )= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /(porcja 650g )= 70,70 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 650g )= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 650g )= 7,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 650g )= 0,90 g</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Gulasz warzywny curry z kalaflorem i soczewica 250g (GLU Psz, SEL) Ryz pełnoziarnisty 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,4 /(porcja 1120g )= 1 082,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /(porcja 1120g )= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 1120g )= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 1120g )= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,2 /(porcja 1120g )= 191,00 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1120g )= 22,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /(porcja 1120g )= 27,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g )= 0,50 g</p>			<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /(porcja 530g )= 564,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 530g )= 17,10 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)= 13,5 /(porcja 530g )= 70,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 530g )= 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 530g )= 4,50 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 530g )= 2,10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 222,60 kcal Białko ogółem 79,80 g Tłuszcz 59,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,60 g Węglowodny przyswajalne 332,60 g cukry suma 52,40 g Błonnik pokarmowy 39,10 g Sól 3,50 g</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek CIAŻA C02A- Dieta Łatwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 596,90 kcal Białko ogółem 32,80 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 76,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,80 g</p>		<p>Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryz biały 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 823,90 kcal Białko ogółem 34,20 g Tłuszcz 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 144,60 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 13,20 g Sól 0,30 g</p>			<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 604,80 kcal Białko ogółem 16,90 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 2,10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 025,60 kcal Białko ogółem 83,90 g Tłuszcz 52,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 291,00 g cukry suma 46,40 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 3,00 g</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek Ciężko-Ograniczenie łatw.przysw. węglod[Cukrzyca]	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 416,60 kcal Białko ogółem 27,70 g Tłuszcz 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 43,60 g cukry suma 12,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,40 g	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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 837,30 kcal Białko ogółem 35,30 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 151,60 g cukry suma 14,70 g Błonnik pokarmowy 20,40 g Sól 0,30 g		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 455,90 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatosowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix салат 30g Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,50 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 47,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 278,90 g cukry suma 44,00 g Błonnik pokarmowy 42,10 g Sól 6,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek LAKTACJA CO2-Dieta latwostrarna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 596,90 kcal Białko ogółem 32,80 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 76,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,60 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 823,90 kcal Białko ogółem 34,20 g Tłuszcz 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 144,60 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 13,20 g Sól 0,30 g		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 604,80 kcal Białko ogółem 16,90 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 70,00 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 025,60 kcal Białko ogółem 83,90 g Tłuszcz 52,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 291,00 g cukry suma 46,40 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 3,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-13 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-13 poniedziałek LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 416,60 kcal Białko ogółem 27,70 g Tłuszcz 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 43,60 g cukry suma 12,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,40 g	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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gulasz drobiowy naturalny z groszkiem 200g A (GLU Psz, MLE,) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka z marchwi 120g A (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 837,30 kcal Białko ogółem 35,30 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 151,60 g cukry suma 14,70 g Błonnik pokarmowy 20,40 g Sól 0,30 g		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 455,90 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,50 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 47,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 278,90 g cukry suma 44,00 g Błonnik pokarmowy 42,10 g Sól 6,00 g