

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek	DI1-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka kostowa z kurczą 40g (SOJ.) Rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100 /porcja 500g = 499,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 500g = 24,50 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 500g = 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 500g = 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 500g = 51,10 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 500g = 10,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 500g = 6,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 500g = 1,10 g Sód (100g)= 90,7 /porcja 500g = 453,40 mg		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,5 /porcja 1120g = 927,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 1120g = 34,40 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 1120g = 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1120g = 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 1,3 /porcja 1120g = 12,40 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 1120g = 29,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1120g = 27,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,20 g Sód (100g)= 12,3 /porcja 1120g = 136,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt=100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 /porcja 450g = 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 450g = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 450g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 450g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 /porcja 450g = 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 450g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 450g = 1,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g = 0,10 g Sód (100g)= 12,3 /porcja 450g = 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Jabłko 150g Herbata z cukrem 250ml A Dżem porcjowany 1szt=25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,9 /porcja 695g = 628,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 695g = 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 695g = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 695g = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /porcja 695g = 80,00 g cukry suma (100g)= 8,3 /porcja 695g = 59,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 695g = 9,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 695g = 0,60 g Sód (100g)= 77,5 /porcja 695g = 553,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 179,50 kcal Białko ogółem 86,90 g Tłuszcz 71,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,20 g Węglowodny przyswajalne 278,70 g cukry suma 111,20 g Błonnik pokarmowy 45,00 g Sól 4,00 g Sód 1 198,90 mg	

09.04.2026. diet

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek	DI2-Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka kostowa z kurczą 40g (SOJ.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,5 /porcja 460g = 533,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 460g = 25,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 460g = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2 /porcja 460g = 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,8 /porcja 460g = 58,10 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 460g = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 460g = 6,20 g Sól (100g)= .3 /porcja 460g = 1,20 g Sód (100g)= 113,9 /porcja 460g = 517,90 mg		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1120g = 877,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1120g = 36,20 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1120g = 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g = 117,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1120g = 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /porcja 1120g = 28,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 0,50 g Sód (100g)= 13 /porcja 1120g = 143,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt=100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 /porcja 450g = 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 450g = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 450g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 450g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 /porcja 450g = 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 450g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 450g = 1,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g = 0,10 g Sód (100g)= 12,3 /porcja 450g = 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt=25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,2 /porcja 545g = 573,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 545g = 21,90 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 545g = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 545g = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 545g = 69,00 g cukry suma (100g)= 8,8 /porcja 545g = 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 545g = 7,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 545g = 0,60 g Sód (100g)= 99,2 /porcja 545g = 551,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 109,30 kcal Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 266,50 g cukry suma 93,00 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 2,40 g Sód 1 268,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wbiek DZIECI POWIĘZIENIA Podstawowa Dzieląca	<p>Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz, MLE, SEL.) masło porcjowane 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JA, J.) Szyńska łosbwa z kurczą 40g (SO, J.) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] 461,30 kcal Białko ogółem 23,20 g Tłuszcz 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g Węglowodny przyswajalne 43,80 g cukry suma 10,20 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 1,10 g Sód 385,50 mg</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt=100g (MLE, SEL.) 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</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JA, J.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 100g Surówka po żydowsku 100g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 681,30 kcal Białko ogółem 28,50 g Tłuszcz 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 75,40 g cukry suma 23,50 g Błonnik pokarmowy 16,40 g Sól 1,60 g Sód 118,40 mg</p>	<p>jogurt naturalny 1szt=100g (MLE, SEL.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 103,80 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 17,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 48,00 mg</p>	<p>Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE, SEL.) masło porcjowane 10g (MLE, SEL.) Twarożek naturalny 120g A (MLE, SEL.) Dżem porcjowany 1szt=25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 470,40 kcal Białko ogółem 16,30 g Tłuszcz 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 47,90 g Błonnik pokarmowy 5,40 g Sól 0,50 g Sód 369,90 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1795,80 kcal Białko ogółem 78,90 g Tłuszcz 70,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,80 g Węglowodny przyswajalne 198,80 g cukry suma 88,40 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 3,40 g Sód 921,80 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-09 10:27:26

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wbiek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SO, J, GLU Jęcz, MLE, SEL.) Szyńska łosbwa z kurczą 60g (SO, J.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.5 / (porcja 420g) = 418,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 / (porcja 420g) = 23,10 g Tłuszcz (100g)= 1,4 / (porcja 420g) = 5,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 / (porcja 420g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 / (porcja 420g) = 61,80 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 420g) = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 / (porcja 420g) = 3,60 g Sól (100g)= 0,4 / (porcja 420g) = 1,80 g Sód (100g)= 12 / (porcja 420g) = 50,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt=100g (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 / (porcja 350g) = 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 / (porcja 350g) = 3,30 g Tłuszcz (100g)= 0,5 / (porcja 350g) = 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 350g) = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 / (porcja 350g) = 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 350g) = 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 350g) = 0 g Sól (100g)= 0 / (porcja 350g) = 0,10 g Sód (100g)= 2,3 / (porcja 350g) = 7,80 mg</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JA, J.) Ziemniaki 300g A Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65.3 / (porcja 1100g) = 725,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 / (porcja 1100g) = 33,90 g Tłuszcz (100g)= 1,2 / (porcja 1100g) = 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 1100g) = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 / (porcja 1100g) = 109,80 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 / (porcja 1100g) = 28,40 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,40 g Sód (100g)= 9,3 / (porcja 1100g) = 102,80 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt=100g (MLE, SEL.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29.4 / (porcja 500g) = 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 500g) = 5,60 g Tłuszcz (100g)= 0,4 / (porcja 500g) = 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 500g) = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,5 / (porcja 500g) = 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 / (porcja 500g) = 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 / (porcja 500g) = 1,70 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 11,5 / (porcja 500g) = 57,30 mg</p>	<p>Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SO, J, GLU Jęcz, MLE, SEL.) Twarożek naturalny 120g A (MLE, SEL.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.1 / (porcja 520g) = 463,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 520g) = 21,90 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 520g) = 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 / (porcja 520g) = 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 520g) = 62,90 g cukry suma (100g)= 2,3 / (porcja 520g) = 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,7 / (porcja 520g) = 3,40 g Sól (100g)= 0,3 / (porcja 520g) = 1,80 g Sód (100g)= 18,5 / (porcja 520g) = 97,20 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1854,20 kcal Białko ogółem 87,80 g Tłuszcz 35,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 280,10 g cukry suma 69,60 g Błonnik pokarmowy 37,10 g Sól 4,20 g Sód 315,10 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-09 10:27:26

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek D11-Paplowata	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	ogurt naturalny 1szl-100g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) 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 e 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		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek D12-Plyma 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.) ogurt naturalny 1szl-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 Plyma (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)= 3226 /porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /porcja 1g)= 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe e 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] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 mg		

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek D07- Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE, SEL) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Szynka kostowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,5/(porcja 500g)= 577,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 4,9 /porcja 500g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /porcja 500g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 500g)= 57,90 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 500g)= 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 500g)= 6,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sód (100g)= 103,6 /porcja 500g)= 517,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 /porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,2 /porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 350g)= 0 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g)= 7,80 mg	Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JAJ) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL) Ziemiaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 1120g)= 877,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1120g)= 36,20 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1120g)= 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g)= 117,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1120g)= 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /porcja 1120g)= 28,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 13 /porcja 1120g)= 143,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27,4 /porcja 450g)= 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 450g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 /porcja 450g)= 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 450g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g)= 0,10 g Sód (100g)= 12,3 /porcja 450g)= 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,2 /porcja 545g)= 573,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 545g)= 21,90 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 545g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 545g)= 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 545g)= 69,00 g cukry suma (100g)= 8,8 /porcja 545g)= 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 545g)= 7,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 545g)= 0,60 g Sód (100g)= 99,2 /porcja 545g)= 551,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,80 kcal Białko ogółem 92,60 g Tłuszcz 74,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 284,30 g cukry suma 98,00 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 2,50 g Sód 1 276,50 mg	

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek D03-Z ograniczeniem kwasu przyswajalnego	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE, SEL) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ) Szynka kostowa z kurcząt 40g (SOJ) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 470g)= 387,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 470g)= 19,50 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 470g)= 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 470g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,6 /porcja 470g)= 36,30 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 470g)= 2,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 470g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 470g)= 1,00 g Sód (100g)= 73,7 /porcja 470g)= 350,90 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23,1 /porcja 450g)= 105,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 450g)= 5,80 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 450g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 450g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 450g)= 17,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 450g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 450g)= 1,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g)= 0,20 g Sód (100g)= 14 /porcja 450g)= 63,40 mg	Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JAJ) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL) Ziemiaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,7 /porcja 1120g)= 908,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 1120g)= 34,50 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 1120g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1120g)= 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /porcja 1120g)= 120,40 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1120g)= 24,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1120g)= 27,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,20 g Sód (100g)= 13 /porcja 1120g)= 144,00 mg		Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,4 /porcja 520g)= 444,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 520g)= 19,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 520g)= 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 520g)= 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,3 /porcja 520g)= 38,30 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 520g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 520g)= 7,20 g Sól (100g)= .3 /porcja 520g)= 1,50 g Sód (100g)= 20,1 /porcja 520g)= 105,80 mg	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) masło 10g (MLE) Górnkowa delikatowa a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GÓR) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 /porcja 120g)= 250,70 kcal Białko ogółem (100g)= 8,6 /porcja 120g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 9,6 /porcja 120g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /porcja 120g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,5 /porcja 120g)= 23,50 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 120g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 /porcja 120g)= 4,90 g Sól (100g)= 1 /porcja 120g)= 1,20 g Sód (100g)= 0 /porcja 120g)= mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 095,20 kcal Białko ogółem 90,10 g Tłuszcz 78,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,10 g Węglowodny przyswajalny 235,70 g cukry suma 43,20 g Błonnik pokarmowy 47,10 g Sól 6,10 g Sód 664,10 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 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek GL-Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JA,J) Szynka łostowa z kurcząt 40g (SO,J) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.2 /porcja 505g = 411,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.7 /porcja 505g = 13,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 505g = 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 505g = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9 /porcja 505g = 39,30 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 505g = 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 505g = 2,10 g Sól (100g)= 0.3 /porcja 505g = 1,40 g Sód (100g)= 2.4 /porcja 505g = 12,10 mg</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100g big A (JA,J) Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (SEL) Ziemniaki 300g A Surówka po żydowsku 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.9 /porcja 1220g = 1 010,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1220g = 37,80 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /porcja 1220g = 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1220g = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /porcja 1220g = 146,40 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1220g = 30,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /porcja 1220g = 34,90 g Sól (100g)= 0.2 /porcja 1220g = 2,50 g Sód (100g)= 23.2 /porcja 1220g = 289,90 mg</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100g big A (JA,J) Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (SEL) Ziemniaki 300g A Surówka po żydowsku 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.9 /porcja 1220g = 1 010,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1220g = 37,80 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /porcja 1220g = 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1220g = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /porcja 1220g = 146,40 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1220g = 30,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /porcja 1220g = 34,90 g Sól (100g)= 0.2 /porcja 1220g = 2,50 g Sód (100g)= 23.2 /porcja 1220g = 289,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /porcja 450g = 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 /porcja 450g = 5,70 g Tłuszcz (100g)= 0.4 /porcja 450g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0.2 /porcja 450g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /porcja 450g = 22,20 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 450g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0.4 /porcja 450g = 1,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g = 0,10 g Sód (100g)= 12.3 /porcja 450g = 55,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.8 /porcja 560g = 504,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 /porcja 560g = 13,90 g Tłuszcz (100g)= 4.7 /porcja 560g = 26,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /porcja 560g = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 560g = 52,50 g cukry suma (100g)= 9.1 /porcja 560g = 50,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0.7 /porcja 560g = 4,10 g Sól (100g)= 0.3 /porcja 560g = 1,60 g Sód (100g)= 17.7 /porcja 560g = 98,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 050,20 kcal Białko ogółem 71,00 g Tłuszcz 73,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 260,40 g cukry suma 102,20 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 5,60 g Sód 455,90 mg</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek ML-Bezmielczna	<p>Bułka Grahamska 1szt-70g (GLU Pz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Pz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JA,J) Szynka łostowa z kurcząt 40g (SO,J) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.2 /porcja 500g = 501,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /porcja 500g = 21,70 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 500g = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0.8 /porcja 500g = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /porcja 500g = 55,30 g cukry suma (100g)= 1.5 /porcja 500g = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 500g = 6,00 g Sól (100g)= 0.2 /porcja 500g = 1,10 g Sód (100g)= 95 /porcja 500g = 474,80 mg</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Pz, JA,J) Sos pomidorowy 120g A (GLU Pz, MLE, SEL) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7 /porcja 1170g = 840,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1170g = 33,70 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 1170g = 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0.4 /porcja 1170g = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /porcja 1170g = 112,60 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 1170g = 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1170g = 28,50 g Sól (100g)= 0.1 /porcja 1170g = 0,60 g Sód (100g)= 16.7 /porcja 1170g = 186,00 mg</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Pz, JA,J) Sos pomidorowy 120g A (GLU Pz, MLE, SEL) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7 /porcja 1170g = 840,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1170g = 33,70 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 1170g = 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0.4 /porcja 1170g = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /porcja 1170g = 112,60 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 1170g = 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1170g = 28,50 g Sól (100g)= 0.1 /porcja 1170g = 0,60 g Sód (100g)= 16.7 /porcja 1170g = 186,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19.4 /porcja 450g = 88,20 kcal Białko ogółem (100g)= 0.2 /porcja 450g = 1,00 g Tłuszcz (100g)= 0.1 /porcja 450g = 0,30 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 = 2,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 450g = 0 g Sód (100g)= 1.7 /porcja 450g = 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Pz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Pz, SO,J, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.1 /porcja 500g = 530,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /porcja 500g = 12,00 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g = 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0.5 /porcja 500g = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 /porcja 500g = 72,20 g cukry suma (100g)= 9.5 /porcja 500g = 47,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /porcja 500g = 9,40 g Sól (100g)= 0.3 /porcja 500g = 1,50 g Sód (100g)= 92.2 /porcja 500g = 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 960,50 kcal Białko ogółem 68,40 g Tłuszcz 63,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 259,00 g cukry suma 81,70 g Błonnik pokarmowy 44,80 g Sól 3,20 g Sód 1 129,40 mg</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek Wła- Vegetariańska	<p>Bułka Grahamka 1szt+70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,8 / (porcja 535g) = 59,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 / (porcja 535g) = 22,00 g Tłuszcz (100g)= 5 / (porcja 535g) = 26,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 / (porcja 535g) = 9,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 / (porcja 535g) = 65,90 g cukry suma (100g)= 2,8 / (porcja 535g) = 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 / (porcja 535g) = 9,10 g Sól (100g)= 4 / (porcja 535g) = 2,20 g Sód (100g)= 99,1 / (porcja 535g) = 521,40 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryba gotowana w jarzynach- 150g (RYB.) Surówka po żydowsku 150g Ziemniaki 200g a herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,4 / (porcja 1050g) = 884,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 / (porcja 1050g) = 53,10 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 1050g) = 34,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 1050g) = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 / (porcja 1050g) = 106,70 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 1050g) = 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 / (porcja 1050g) = 25,10 g Sól (100g)= 2 / (porcja 1050g) = 2,10 g Sód (100g)= 14,2 / (porcja 1050g) = 142,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 450g) = 5,70 g Tłuszcz (100g)= 0,4 / (porcja 450g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 450g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 / (porcja 450g) = 22,20 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 450g) = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 / (porcja 450g) = 1,60 g Sól (100g)= 0 / (porcja 450g) = 0,10 g Sód (100g)= 12,3 / (porcja 450g) = 55,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,2 / (porcja 545g) = 573,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 / (porcja 545g) = 21,90 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 545g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 / (porcja 545g) = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 / (porcja 545g) = 69,00 g cukry suma (100g)= 8,8 / (porcja 545g) = 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 / (porcja 545g) = 7,10 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 545g) = 0,60 g Sód (100g)= 99,2 / (porcja 545g) = 551,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2180,60 kcal Białko ogółem 102,70 g Tłuszcz 84,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,20 g Węglowodny przyswajalne 263,80 g cukry suma 99,90 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sól 5,00 g Sód 1270,30 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek CIAŻA CO2A- Dieta Ławostawna	<p>Bułka Grahamka 1szt+70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyrnka łobłowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 577,70 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 10,20 g Błonnik pokarmowy 6,10 g Sól 1,20 g Sód 517,90 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,80 kcal Białko ogółem 36,20 g Tłuszcz 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 117,20 g cukry suma 22,30 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,50 g Sód 143,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 22,20 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 55,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 573,20 kcal Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 69,00 g cukry suma 48,70 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 0,60 g Sód 551,10 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2153,10 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 266,30 g cukry suma 93,00 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 2,40 g Sód 1268,70 mg</p>	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek CIĄŻNOC3-Ograniczenie białk.przys. węglowod. cukrzycowa	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt=100g (JA.J.) Szyńka kostowa z kurcząt 60g (SO.J.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 443,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 36,90 g cukry suma 2,80 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,10 g Sód 350,00 mg	joURT naturalny 1szt=100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 103,80 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 17,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 48,00 mg	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 150g/120ml A (GLU Psz, JA.J.) Ziemniaki 200g a Surowka po zydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 874,70 kcal Białko ogółem 43,50 g Tłuszcz 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 113,70 g cukry suma 23,60 g Błonnik pokarmowy 27,30 g Sól 2,10 g Sód 130,20 mg		Pieczycwo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 629,20 kcal Białko ogółem 48,50 g Tłuszcz 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 48,50 g cukry suma 17,50 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,60 g Sód 107,80 mg	Pieczycwo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatosowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 201,10 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,00 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,40 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,20 kcal Białko ogółem 139,10 g Tłuszcz 71,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 240,30 g cukry suma 52,40 g Błonnik pokarmowy 46,50 g Sól 6,30 g Sód 636,00 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek LAKTACJA G02Dzień laktostrana	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt=50g (JA.J.) Szyńka kostowa z kurcząt 40g (SO.J.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 577,70 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 10,20 g Błonnik pokarmowy 6,10 g Sól 1,20 g Sód 517,90 mg		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada drobiowa pieczona ze szpinakiem 100g A (GLU Psz, JA.J.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 877,80 kcal Białko ogółem 36,20 g Tłuszcz 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 117,20 g cukry suma 22,30 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,50 g Sód 143,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A joURT naturalny 1szt=100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 22,20 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 55,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt=25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 573,20 kcal Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 68,00 g cukry suma 48,70 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 0,60 g Sód 551,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 153,10 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 266,30 g cukry suma 93,00 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 2,40 g Sód 1 268,70 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-14 wtorek LAKTACIACI3-D; z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	<p>Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt=100g (JA.J.) Szyńka kostowa z kurcząt 60g (SO.J.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 443,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 36,90 g cukry suma 2,80 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,10 g Sód 350,00 mg</p>	<p>jogurt naturalny 1szk=100g (MLE.) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 103,80 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 17,20 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 1,60 g Sól 0,10 g Sód 48,00 mg</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 150g/120ml A (GLU Psz, JA.J.) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 874,70 kcal Białko ogółem 43,50 g Tłuszcz 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 113,70 g cukry suma 23,60 g Błonnik pokarmowy 27,30 g Sól 2,10 g Sód 130,20 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 629,20 kcal Białko ogółem 48,50 g Tłuszcz 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 48,50 g cukry suma 17,50 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,60 g Sód 107,80 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 201,10 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,00 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,40 g Sód mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2252,20 kcal Białko ogółem 139,10 g Tłuszcz 71,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 240,30 g cukry suma 52,40 g Błonnik pokarmowy 46,50 g Sól 6,30 g Sód 636,00 mg</p>