


Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-15 środa D01- Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Bulka kajzerka 1szl-60g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE), Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.7 /porcja 510g)= 458,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /porcja 510g)= 21,90 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.4 /porcja 510g)= 17,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /porcja 510g)= 39,70 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 510g)= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 510g)= 4,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 510g)= 1,50 g Sód (100g)= 3.3 /porcja 510g)= 16,30 mg		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL, Filet drobiowy panierowany 100g (GLU Psz, JAJ, MLE), Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR), Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.9 /porcja 1000g)= 968,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 1000g)= 41,90 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1000g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15 /porcja 1000g)= 150,00 g cukry suma (100g)= 2.8 /porcja 1000g)= 27,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1000g)= 24,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 1000g)= 1,70 g Sód (100g)= 10.3 /porcja 1000g)= 103,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /porcja 400g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.8 /porcja 620g)= 467,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 620g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 620g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 620g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /porcja 620g)= 61,90 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 620g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 620g)= 4,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g)= 1,00 g Sód (100g)= 73.9 /porcja 620g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 038,70 kcal Białko ogółem 97,90 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 273,10 g cukry suma 72,40 g Błonnik pokarmowy 33,20 g Sól 4,20 g Sód 589,20 mg	

15.04.2026. dzień
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-15 środa D02-Latwostrawna	Bulka kajzerka 1szl-60g Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.1 /porcja 510g)= 355,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 510g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 510g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 510g)= 41,40 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 510g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 510g)= 3,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 510g)= 1,40 g Sód (100g)= 30.5 /porcja 510g)= 152,20 mg		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL, Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ), Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.2 /porcja 1120g)= 1 047,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /porcja 1120g)= 53,40 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1120g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 /porcja 1120g)= 148,70 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 1120g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /porcja 1120g)= 28,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 1,30 g Sód (100g)= 36.7 /porcja 1120g)= 407,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skrz owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /porcja 400g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.8 /porcja 620g)= 467,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 620g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 620g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 620g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /porcja 620g)= 61,90 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 620g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 620g)= 4,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g)= 1,00 g Sód (100g)= 73.9 /porcja 620g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 013,70 kcal Białko ogółem 104,00 g Tłuszcz 49,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 273,50 g cukry suma 68,00 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,70 g Sód 1 029,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-60g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 385,10 kcal Białko ogółem 19,30 g Tłuszcz 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 26,80 g cukry suma 8,90 g Błonnik pokarmowy 1,80 g Sól 1,00 g Sód 16,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 68,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 14,60 g cukry suma 14,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Filet drobiowy panierowany 100g (GLU Psz, JAJ, MLE,) Ziemniaki 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 698,40 kcal Białko ogółem 36,00 g Tłuszcz 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 99,50 g cukry suma 21,40 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 1,30 g Sód 85,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 376,70 kcal Białko ogółem 15,40 g Tłuszcz 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 46,90 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,00 g Sód 280,50 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 672,60 kcal Białko ogółem 85,70 g Tłuszcz 51,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,30 g Węglowodny przyswajalne 209,30 g cukry suma 83,00 g Błonnik pokarmowy 21,00 g Sól 3,30 g Sód 399,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa D05-Laiwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-60g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 42.7 /(porcja 470g)= 203,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 /(porcja 470g)= 13,80 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 470g)= 4,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 470g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.6 /(porcja 470g)= 26,70 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 470g)= 8,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /(porcja 470g)= 1,80 g Sól (100g)= 3 /(porcja 470g)= 1,40 g Sód (100g)= 3.2 /(porcja 470g)= 15,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26.3 /(porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16.2 /(porcja 350g)= 55,80 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Bitka drobiowa gotowana 100g A Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.1 /(porcja 1100g)= 1 156,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 1100g)= 53,90 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.4 /(porcja 1100g)= 160,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1100g)= 24,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /(porcja 1100g)= 32,20 g Sól (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 1,30 g Sód (100g)= 34.3 /(porcja 1100g)= 381,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /(porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /(porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /(porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /(porcja 400g)= 7,80 mg	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml 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] 1 954,20 kcal Białko ogółem 105,10 g Tłuszcz 39,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 283,40 g cukry suma 74,10 g Błonnik pokarmowy 37,70 g Sól 5,00 g Sód 468,40 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-15 środa	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	Skyr owocowy 150g (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 650g = 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 650g = 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 650g = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 650g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 650g = 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 650g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 650g = 0,10 g Sód (100g)= 7,6 /porcja 650g = 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /porcja 500g = 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 500g = 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 500g = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g = 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /porcja 500g = 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 500g = 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 500g = 7,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 12,8 /porcja 500g = 64,10 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g = 50,30 mg				Wartość energetyczna[kcal] 2 113,10 kcal Białko ogółem 134,80 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 236,00 g cukry suma 34,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,60 g Sód 265,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa	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.) Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 650g = 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 650g = 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 650g = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 650g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 650g = 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 650g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 650g = 0,10 g Sód (100g)= 7,6 /porcja 650g = 50,30 mg	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 369,80 /porcja 1g = 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 18,63 /porcja 1g = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /porcja 1g = 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,72 /porcja 1g = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /porcja 1g = 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /porcja 1g = 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /porcja 1g = 8,80 g Sól (100g)= 10 /porcja 1g = 0,10 g Sód (100g)= 4100 /porcja 1g = 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 500g = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 500g = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 500g = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g = 4,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /porcja 500g = 50,30 mg			Wartość energetyczna[kcal] 2 168,40 kcal Białko ogółem 134,60 g Tłuszcz 68,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 244,00 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,50 g Sód 242,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa D07- Bogatobiałkowa	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.1 /porcja 510g)= 355,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 510g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 510g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 510g)= 41,40 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 510g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 510g)= 3,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 510g)= 1,40 g Sód (100g)= 30.5 /porcja 510g)= 152,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 20.7 /porcja 350g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3 /porcja 350g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 350g)= 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 350g)= 0,20 g Sód (100g)= 18.4 /porcja 350g)= 63,40 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.2 /porcja 1120g)= 1 047,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /porcja 1120g)= 53,40 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1120g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 /porcja 1120g)= 148,70 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 1120g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /porcja 1120g)= 28,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 1,30 g Sód (100g)= 36.7 /porcja 1120g)= 407,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /porcja 400g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.8 /porcja 620g)= 467,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 620g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 620g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 620g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /porcja 620g)= 61,90 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 620g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 620g)= 4,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g)= 1,00 g Sód (100g)= 73.9 /porcja 620g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 085,10 kcal Białko ogółem 109,30 g Tłuszcz 51,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,10 g Węglowodny przyswajalne 283,70 g cukry suma 74,80 g Błonnik pokarmowy 35,70 g Sól 3,90 g Sód 1 092,70 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 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-15 środa D03- Z ograniczeniem kalwo przyswajalności (Cukrzykowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /porcja 490g)= 460,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /porcja 490g)= 23,40 g Tłuszcz (100g)= 4.8 /porcja 490g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /porcja 490g)= 16,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /porcja 490g)= 38,30 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 490g)= 4,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 490g)= 5,80 g Sól (100g)= .3 /porcja 490g)= 1,70 g Sód (100g)= 71 /porcja 490g)= 355,10 mg	Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24.4 /porcja 400g)= 97,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 400g)= 18,10 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 1.5 /porcja 400g)= 6,20 g cukry suma (100g)= 1.5 /porcja 400g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Sód (100g)= 3.9 /porcja 400g)= 15,40 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.1 /porcja 1120g)= 1 067,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /porcja 1120g)= 51,30 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /porcja 1120g)= 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 /porcja 1120g)= 149,60 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1120g)= 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 1120g)= 25,00 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,20 g Sód (100g)= 28 /porcja 1120g)= 311,00 mg			Pieczony żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64 /porcja 620g)= 400,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /porcja 620g)= 17,60 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /porcja 620g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 620g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.4 /porcja 620g)= 48,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 620g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 620g)= 7,30 g Sól (100g)= .3 /porcja 620g)= 1,90 g Sód (100g)= 1.3 /porcja 620g)= 8,00 mg	Pieczony żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137 /porcja 130g)= 177,90 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)= 17.6 /porcja 130g)= 22,90 g cukry suma (100g)= 1.2 /porcja 130g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8 /porcja 130g)= 5,00 g Sól (100g)= 1.2 /porcja 130g)= 1,50 g Sód (100g)= .3 /porcja 130g)= 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,20 kcal Białko ogółem 121,90 g Tłuszcz 66,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 263,20 g cukry suma 49,50 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 7,50 g Sód 689,80 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 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa GL- Bezglutenowa	herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /porcja 525g)= 484,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 525g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /porcja 525g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /porcja 525g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /porcja 525g)= 41,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 525g)= 11,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 525g)= 2,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 3.1 /porcja 525g)= 16,30 mg		Minestrone z ziemniakami bezglutenowa 300 ml (SEL) Bitka drobiowa gotowana 100g A bezglutenowa Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.9 /porcja 1220g)= 1 010,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1220g)= 49,30 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1220g)= 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /porcja 1220g)= 140,70 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1220g)= 30,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /porcja 1220g)= 31,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,80 g Sód (100g)= 9.4 /porcja 1220g)= 118,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Syr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /porcja 400g)= 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 400g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g cukry suma (100g)= 5.4 /porcja 400g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 1.9 /porcja 400g)= 7,80 mg	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64 /porcja 635g)= 400,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /porcja 635g)= 13,40 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 635g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 635g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 /porcja 635g)= 44,60 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 635g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 635g)= 1,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 635g)= 2,40 g Sód (100g)= 1.4 /porcja 635g)= 8,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 038,80 kcal Białko ogółem 94,70 g Tłuszcz 70,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,70 g Węglowodny przyswajalne 248,00 g cukry suma 78,00 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 6,30 g Sód 150,80 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 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa ML- Bezmleczna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.9 /porcja 585g)= 517,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 /porcja 585g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /porcja 585g)= 26,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 /porcja 585g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /porcja 585g)= 51,20 g cukry suma (100g)= 7.8 /porcja 585g)= 46,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 585g)= 5,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 585g)= 0,40 g Sód (100g)= 25.7 /porcja 585g)= 151,30 mg		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Bitka drobiowa gotowana 100g A bezglutenowa Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.2 /porcja 1120g)= 1 002,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /porcja 1120g)= 54,00 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /porcja 1120g)= 138,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1120g)= 23,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1120g)= 27,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 0,80 g Sód (100g)= 19.5 /porcja 1120g)= 217,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17.9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.8 /porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3.6 /porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 2.8 /porcja 400g)= 11,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.6 /porcja 630g)= 541,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 630g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 630g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /porcja 630g)= 11,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /porcja 630g)= 61,90 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 630g)= 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 630g)= 4,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 630g)= 1,00 g Sód (100g)= 73.7 /porcja 630g)= 460,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 132,00 kcal Białko ogółem 91,90 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 97,30 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 2,20 g Sód 840,10 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 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa We- Weganianinska	<p>Bulka kajzerka 1szt-60g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,7 /porcja 510g = 458,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 510g = 21,90 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g = 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,4 /porcja 510g = 17,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /porcja 510g = 39,70 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 510g = 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 510g = 4,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 510g = 1,50 g Sód (100g)= 3,3 /porcja 510g = 16,30 mg</p>		<p>Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Mufinki jajeczne z warzywami 2szt-120g (GLU Psz, JAJ, MLE) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104,8 /porcja 1020g = 1 047,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1020g = 36,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 1020g = 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 1020g = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,9 /porcja 1020g = 158,60 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 1020g = 28,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /porcja 1020g = 26,00 g Sól (100g)= .2 /porcja 1020g = 1,80 g Sód (100g)= 5,8 /porcja 1020g = 57,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35,9 /porcja 400g = 143,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 400g = 14,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 400g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g cukry suma (100g)= 5,4 /porcja 400g = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 400g = g Sól (100g)= 0 /porcja 400g = g Sód (100g)= 1,9 /porcja 400g = 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Pasztet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,1 /porcja 695g = 715,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 695g = 17,70 g Tłuszcz (100g)= 5,1 /porcja 695g = 36,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 695g = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 695g = 76,10 g cukry suma (100g)= 7,1 /porcja 695g = 50,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 695g = 9,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 695g = 1,90 g Sód (100g)= 64,6 /porcja 695g = 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 365,20 kcal Białko ogółem 90,90 g Tłuszcz 86,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,00 g Węglowodny przyswajalne 295,90 g cukry suma 110,60 g Błonnik pokarmowy 40,10 g Sól 5,20 g Sód 543,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa CIĄŻA CO2A- Dieta Latwostrawna	<p>Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 355,40 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 41,40 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 3,10 g Sól 1,40 g Sód 152,20 mg</p>		<p>Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 047,10 kcal Białko ogółem 53,40 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 148,70 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sól 1,30 g Sód 407,80 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 467,50 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 61,90 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 013,70 kcal Białko ogółem 104,00 g Tłuszcz 49,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 273,50 g cukry suma 68,00 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,70 g Sód 1 029,30 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa CIAZAC03-Ograniczenie łatw.przys.węglu(Cukrzykowa)	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE) Masło roślinne 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 603,70 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 37,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 38,60 g cukry suma 4,70 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 1,70 g Sód 354,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL, MLE) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 067,50 kcal Białko ogółem 51,30 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 149,60 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 2,20 g Sód 311,00 mg		Pieczycwo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Masło roślinne 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 612,00 kcal Białko ogółem 30,90 g Tłuszcz 29,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,00 g Węglowodny przyswajalne 51,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 2,00 g Sód 60,50 mg	Pieczycwo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] 177,90 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 22,90 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 558,50 kcal Białko ogółem 140,70 g Tłuszcz 95,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 42,10 g Węglowodny przyswajalne 268,50 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 7,60 g Sód 741,40 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa LAKTACJA C02-Dieta łatwostranna	Bułka kajzerka 1szt-60g Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 355,40 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 41,40 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 3,10 g Sól 1,40 g Sód 152,20 mg		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL, MLE) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 047,10 kcal Białko ogółem 53,40 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 148,70 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sól 1,30 g Sód 407,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr owocowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 143,70 kcal Białko ogółem 14,50 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 21,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 467,50 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 61,90 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 013,70 kcal Białko ogółem 104,00 g Tłuszcz 49,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 273,50 g cukry suma 68,00 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,70 g Sód 1 029,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-15 środa LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowod. (Cukrzyca)	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz, MLE) Masło roślinne 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 603,70 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 37,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 38,60 g cukry suma 4,70 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 1,70 g Sód 354,20 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 97,40 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1067,50 kcal Białko ogółem 51,30 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 149,60 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 2,20 g Sód 311,00 mg		Piecząwo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 612,00 kcal Białko ogółem 30,90 g Tłuszcz 29,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,00 g Węglowodny przyswajalne 51,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 2,00 g Sód 60,50 mg	Piecząwo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix салат 30g Wartość energetyczna[kcal] 177,90 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 22,90 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód 0,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2558,50 kcal Białko ogółem 140,70 g Tłuszcz 95,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 42,10 g Węglowodny przyswajalne 268,50 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 7,60 g Sód 741,40 mg