

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D01-Podstawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszennno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.1/(porcja 520g)= 521,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5/(porcja 520g)= 26,40 g Tłuszcz (100g)= 3.8/(porcja 520g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1/(porcja 520g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5/(porcja 520g)= 55,00 g cukry suma (100g)= 2.4/(porcja 520g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 520g)= 6,30 g Sól (100g)= .3/(porcja 520g)= 1,60 g Sód (100g)= 74.1/(porcja 520g)= 390,20 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.7/(porcja 1100g)= 952,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 1100g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 2.1/(porcja 1100g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1/(porcja 1100g)= 134,10 g cukry suma (100g)= 2.1/(porcja 1100g)= 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2/(porcja 1100g)= 24,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 4.4/(porcja 1100g)= 49,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29/(porcja 480g)= 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.2/(porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4/(porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2/(porcja 480g)= 24,80 g cukry suma (100g)= 4.4/(porcja 480g)= 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4/(porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0/(porcja 480g)= 0,10 g Sód (100g)= 12.1/(porcja 480g)= 57,70 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105.6/(porcja 520g)= 555,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7/(porcja 520g)= 24,80 g Tłuszcz (100g)= 4.2/(porcja 520g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7/(porcja 520g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5/(porcja 520g)= 60,70 g cukry suma (100g)= 1.8/(porcja 520g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3/(porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= .2/(porcja 520g)= 1,10 g Sód (100g)= 91.6/(porcja 520g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 167,60 kcal Białko ogółem 97,40 g Tłuszcz 68,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,60 g Węglowodny przyswajalne 274,60 g cukry suma 66,80 g Błonnik pokarmowy 39,80 g Sól 4,20 g Sód 979,30 mg	

15.04.2026. akcept
DIETETYK

mjr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114.8/(porcja 480g)= 546,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7/(porcja 480g)= 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4.3/(porcja 480g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3/(porcja 480g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9/(porcja 480g)= 61,20 g cukry suma (100g)= 2.5/(porcja 480g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 480g)= 4,50 g Sól (100g)= .3/(porcja 480g)= 1,30 g Sód (100g)= 119.3/(porcja 480g)= 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.4/(porcja 1100g)= 815,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 1100g)= 40,30 g Tłuszcz (100g)= 1.5/(porcja 1100g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1100g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9/(porcja 1100g)= 110,40 g cukry suma (100g)= 1.8/(porcja 1100g)= 19,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5/(porcja 1100g)= 28,00 g Sól (100g)= .1/(porcja 1100g)= 0,60 g Sód (100g)= 13.9/(porcja 1100g)= 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) 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)= .4/(porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .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)= .3/(porcja 500g)= 1,70 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 11.5/(porcja 500g)= 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105.6/(porcja 520g)= 555,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7/(porcja 520g)= 24,80 g Tłuszcz (100g)= 4.2/(porcja 520g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7/(porcja 520g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5/(porcja 520g)= 60,70 g cukry suma (100g)= 1.8/(porcja 520g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3/(porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= .2/(porcja 520g)= 1,10 g Sód (100g)= 91.6/(porcja 520g)= 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 064,40 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 61,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 259,90 g cukry suma 65,00 g Błonnik pokarmowy 40,90 g Sól 3,10 g Sód 1 261,50 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota DZIECI POIB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR, twarożek 60g A (MLE, rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, Wartość energetyczna[kcal] 444,60 kcal Białko ogółem 23,70 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 40,30 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,50 g Sód 254,30 mg	Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] 43,90 kcal Białko ogółem 0,60 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 9,10 g cukry suma g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) kasza gryczana gotowana 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 671,50 kcal Białko ogółem 33,20 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 87,10 g cukry suma 17,20 g Błonnik pokarmowy 18,40 g Sól 0,80 g Sód 49,10 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE, Jabiko 130g Wartość energetyczna[kcal] 158,10 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 29,80 g cukry suma 26,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g Sód 57,70 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ, Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 452,70 kcal Białko ogółem 21,30 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 41,10 g cukry suma 8,80 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,00 g Sód 301,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 770,80 kcal Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 60,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 207,40 g cukry suma 64,00 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sól 3,40 g Sód 662,20 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz, Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) twarożek 60g A (MLE, Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,5 /porcja 480g)= 478,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 /porcja 480g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 480g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 480g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 /porcja 480g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 480g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 480g)= 3,60 g Sól (100g)= 0,5 /porcja 480g)= 2,50 g Sód (100g)= 24 /porcja 480g)= 114,10 mg	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE, Herbata z cukrem 250ml A 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)= g Sól (100g)= 0 /porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2,3 /porcja 350g)= 7,80 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,2 /porcja 1100g)= 824,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 1100g)= 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1100g)= 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1100g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1100g)= 117,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /porcja 1100g)= 28,60 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1100g)= 0,50 g Sód (100g)= 13,7 /porcja 1100g)= 152,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE, Jabiko 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)= 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz, Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,2 /porcja 460g)= 405,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 460g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 460g)= 9,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 /porcja 460g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /porcja 460g)= 58,80 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 460g)= 2,60 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 460g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 955,60 kcal Białko ogółem 100,40 g Tłuszcz 37,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,20 g Węglowodny przyswajalne 266,70 g cukry suma 67,70 g Błonnik pokarmowy 37,30 g Sól 5,80 g Sód 339,00 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D11- Paptkowaia	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1/(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g) = 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt 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 Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g) = 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] 2 069,10 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 Sód 265,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g) = 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g) = 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g) = 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g) = 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g) = 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g) = 35,90 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 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 Sód (100g)= 8,6 /(porcja 600g) = 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)= 380 /(porcja 1g) = 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(porcja 1g) = 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g) = 0,10 g Sód (100g)= 41,00 /(porcja 1g) = 41,00 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g) = 50,30 mg			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 Sód 227,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D07 - Bogatobiałkowa	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z makiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,8 /porcja 480g)= 546,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 /porcja 480g)= 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 480g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 /porcja 480g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /porcja 480g)= 61,20 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 480g)= 4,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 480g)= 1,30 g Sód (100g)= 119,3 /porcja 480g)= 568,00 mg</p>	<p>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</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz, MLE, SEL.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,7 /porcja 1100g)= 752,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1100g)= 42,40 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1100g)= 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1100g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 /porcja 1100g)= 103,30 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1100g)= 27,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g)= 0,50 g Sód (100g)= 11,3 /porcja 1100g)= 125,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) 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)= .4 /porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .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)= .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>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105,6 /porcja 520g)= 555,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 520g)= 24,80 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 520g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 520g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /porcja 520g)= 60,70 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 520g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 520g)= 6,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 520g)= 1,10 g Sód (100g)= 91,6 /porcja 520g)= 482,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 101,00 kcal Białko ogółem 103,20 g Tłuszcz 58,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,40 g Węglowodny przyswajalne 270,80 g cukry suma 69,80 g Błonnik pokarmowy 40,30 g Sól 3,10 g Sód 1 240,80 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 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota D03-Z ograniczeniem iaino przys.weg((Cukrzycowa)	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,7 /porcja 520g)= 408,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 520g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 520g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 520g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,3 /porcja 520g)= 38,50 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 520g)= 5,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 520g)= 8,00 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g)= 2,10 g Sód (100g)= 15,9 /porcja 520g)= 83,80 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 25 /porcja 480g)= 118,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 /porcja 480g)= 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 480g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /porcja 480g)= 19,80 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 480g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 480g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 480g)= 0,20 g Sód (100g)= 13,7 /porcja 480g)= 65,30 mg</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,8 /porcja 1100g)= 919,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1100g)= 40,60 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 1100g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 /porcja 1100g)= 125,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1100g)= 24,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g)= 1,50 g Sód (100g)= 5,1 /porcja 1100g)= 56,80 mg</p>		<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 /porcja 520g)= 468,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 520g)= 22,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 520g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 520g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,6 /porcja 520g)= 40,00 g cukry suma (100g)= .9 /porcja 520g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 520g)= 9,60 g Sól (100g)= .4 /porcja 520g)= 2,00 g Sód (100g)= 7 /porcja 520g)= 36,90 mg</p>	<p>Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 /porcja 120g)= 250,60 kcal Białko ogółem (100g)= 12,5 /porcja 120g)= 15,10 g Tłuszcz (100g)= 8,7 /porcja 120g)= 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 /porcja 120g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,3 /porcja 120g)= 23,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 120g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 /porcja 120g)= 4,90 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 120g)= 1,30 g Sód (100g)= 2 /porcja 120g)= 2,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 166,40 kcal Białko ogółem 105,90 g Tłuszcz 74,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,10 g Węglowodny przyswajalne 247,20 g cukry suma 46,90 g Błonnik pokarmowy 49,30 g Sól 7,10 g Sód 245,20 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 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota GL - Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) twarożek 60g A (MLE) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,9 / (porcja 535g) = 431,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 / (porcja 535g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 535g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 535g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 / (porcja 535g) = 42,30 g cukry suma (100g)= 2,3 / (porcja 535g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 535g) = 2,10 g Sól (100g)= .3 / (porcja 535g) = 1,60 g Sód (100g)= 14,5 / (porcja 535g) = 76,20 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL) Kasza gryczana 250g A Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 / (porcja 1150g) = 1 039,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 / (porcja 1150g) = 48,20 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 1150g) = 34,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1150g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 1150g) = 126,60 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 1150g) = 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 / (porcja 1150g) = 21,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1150g) = 2,00 g Sód (100g)= 27 / (porcja 1150g) = 299,60 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jabłko 130g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29 / (porcja 480g) = 138,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,2 / (porcja 480g) = 5,70 g Tłuszcz (100g)= .4 / (porcja 480g) = 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 480g) = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 / (porcja 480g) = 24,80 g cukry suma (100g)= 4.4 / (porcja 480g) = 21,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 480g) = 2,10 g Sól (100g)= 0 / (porcja 480g) = 0,10 g Sód (100g)= 12,1 / (porcja 480g) = 57,70 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,4 / (porcja 535g) = 486,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 535g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 5 / (porcja 535g) = 26,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 535g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 / (porcja 535g) = 44,30 g cukry suma (100g)= 2,2 / (porcja 535g) = 11,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 535g) = 3,60 g Sól (100g)= .4 / (porcja 535g) = 2,10 g Sód (100g)= 5,6 / (porcja 535g) = 29,30 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 095,40 kcal Białko ogółem 88,10 g Tłuszcz 80,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,80 g Węglowodny przyswajalne 238,00 g cukry suma 66,30 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 5,80 g Sód 462,80 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota ML - Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,7 / (porcja 445g) = 466,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 / (porcja 445g) = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 445g) = 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 445g) = 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,5 / (porcja 445g) = 65,90 g cukry suma (100g)= 9,7 / (porcja 445g) = 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 445g) = 7,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 445g) = 1,10 g Sód (100g)= 101,4 / (porcja 445g) = 460,80 mg</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,4 / (porcja 1150g) = 993,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1150g) = 38,80 g Tłuszcz (100g)= 3,8 / (porcja 1150g) = 42,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1150g) = 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 1150g) = 100,00 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 1150g) = 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 / (porcja 1150g) = 24,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1150g) = 1,00 g Sód (100g)= 32,1 / (porcja 1150g) = 356,40 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jabłko gotowane 150g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,3 / (porcja 400g) = 77,10 kcal Białko ogółem (100g)= .1 / (porcja 400g) = 0,40 g Tłuszcz (100g)= .1 / (porcja 400g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 400g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,3 / (porcja 400g) = 17,40 g cukry suma (100g)= 4,3 / (porcja 400g) = 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 400g) = 1,50 g Sól (100g)= 0 / (porcja 400g) = g Sód (100g)= 2,3 / (porcja 400g) = 9,30 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Siekana Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,2 / (porcja 490g) = 496,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 / (porcja 490g) = 21,20 g Tłuszcz (100g)= 4,1 / (porcja 490g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 490g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 / (porcja 490g) = 54,80 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 490g) = 7,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 490g) = 4,30 g Sól (100g)= .2 / (porcja 490g) = 1,10 g Sód (100g)= 92,2 / (porcja 490g) = 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 033,40 kcal Białko ogółem 78,00 g Tłuszcz 76,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,50 g Węglowodny przyswajalne 238,10 g cukry suma 85,70 g Błonnik pokarmowy 37,80 g Sól 3,20 g Sód 1 287,30 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-18 sobota We- Wegetarińska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,5/(porcja 545g)= 563,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6/(porcja 545g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 545g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2/(porcja 545g)= 12,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8/(porcja 545g)= 65,50 g cukry suma (100g)= 9,3/(porcja 545g)= 51,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 545g)= 9,10 g Sól (100g)= ,2/(porcja 545g)= 1,00 g Sód (100g)= 68,3/(porcja 545g)= 379,60 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz warzywny 200g (GLU Psz,) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,8/(porcja 1100g)= 875,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5/(porcja 1100g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 2,1/(porcja 1100g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2/(porcja 1100g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7/(porcja 1100g)= 129,40 g cukry suma (100g)= 2,3/(porcja 1100g)= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4/(porcja 1100g)= 26,10 g Sól (100g)= ,1/(porcja 1100g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,2/(porcja 1100g)= 35,90 mg			chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR,) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,3/(porcja 580g)= 602,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 580g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8/(porcja 580g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 580g)= 60,50 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 580g)= 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 580g)= 6,70 g Sól (100g)= ,1/(porcja 580g)= 0,40 g Sód (100g)= 82/(porcja 580g)= 482,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 041,00 kcal Białko ogółem 76,20 g Tłuszcz 71,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 255,40 g cukry suma 87,20 g Błonnik pokarmowy 41,90 g Sól 2,80 g Sód 897,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota CIAŻA C02A- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) twarożek 60g A (MLE,) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 546,50 kcal Białko ogółem 27,10 g Tłuszcz 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,30 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Marchew babby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 815,30 kcal Białko ogółem 40,30 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 110,40 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sól 0,60 g Sód 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Jablko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ,) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 555,50 kcal Białko ogółem 24,80 g Tłuszcz 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 60,70 g cukry suma 9,60 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 1,10 g Sód 482,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 064,40 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 61,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 259,90 g cukry suma 65,00 g Błonnik pokarmowy 40,90 g Sól 3,10 g Sód 1 261,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota CIAŻA C03-Ograniczenie łatw.przys.węglc(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Twarożek 120g A (MLE), Herbata bez cukru 250 ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 480,10 kcal Białko ogółem 29,00 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 40,60 g cukry suma 8,00 g Błonnik pokarmowy 8,00 g Sól 2,00 g Sód 72,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL), Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 937,70 kcal Białko ogółem 52,60 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 125,60 g cukry suma 18,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 1,60 g Sód 104,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Masło roślinne 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ), Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 567,80 kcal Białko ogółem 35,10 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 40,80 g cukry suma 4,90 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 2,80 g Sód 36,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), Ser żółty 40g (MLE), Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 250,60 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,30 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 355,10 kcal Białko ogółem 137,50 g Tłuszcz 80,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g Węglowodny przyswajalne 250,10 g cukry suma 49,50 g Błonnik pokarmowy 49,30 g Sól 7,90 g Sód 280,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE), Wartość energetyczna[kcal] 546,50 kcal Białko ogółem 27,10 g Tłuszcz 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,30 g Sód 568,00 mg		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL), Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 815,30 kcal Białko ogółem 40,30 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 110,40 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sól 0,60 g Sód 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE), Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 147,10 kcal Białko ogółem 5,60 g Tłuszcz 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 27,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,10 g Sód 57,30 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ), Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 555,50 kcal Białko ogółem 24,80 g Tłuszcz 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 60,70 g cukry suma 9,60 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 1,10 g Sód 482,30 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 064,40 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 61,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 259,90 g cukry suma 65,00 g Błonnik pokarmowy 40,90 g Sól 3,10 g Sód 1 261,50 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-18 sobota LAKTACJAC03-D, z ogranicz. ilości przysysa.węgl(Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Twarożek 120g A (MLE) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jabłko 130g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 118,90 kcal Białko ogółem 5,70 g Tłuszcz 1,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 19,80 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,20 g Sód 65,30 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 937,70 kcal Białko ogółem 52,60 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 125,60 g cukry suma 18,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 1,60 g Sód 104,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pleprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g A (JAJ, MLE, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 548,90 kcal Białko ogółem 35,00 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 40,70 g cukry suma 4,90 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 2,80 g Sód 36,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 250,60 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,30 g Sód 2,40 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 336,20 kcal Białko ogółem 137,40 g Tłuszcz 78,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 250,00 g cukry suma 49,50 g Błonnik pokarmowy 49,30 g Sól 7,90 g Sód 280,80 mg