

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela	D01-Próchniakowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt,)		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL,)	Herbata z cukrem 250ml A	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)		Wartość energetyczna[kcal] 2
		Pieczynko żytnio-pszennno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt,)		Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JA, J, SOJ, GLU Jęcz,)	Skyr naturalny 150g (MLE,)	masło porcjowane 10g (MLE,)		202,40 kcal
		masło porcjowane 10g (MLE,)		Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE,)	Mandarynka 100g	Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ,)	Mix sałat z olejem i marchewką 50g	Białko ogółem 109,80 g
		Ser żółty 60g A (MLE,)		Ziemniaki 200g a	Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,1 /porcja 500g)= 150,40 kcal	Herbata z cukrem 250ml A		Tłuszcz 68,80 g
		Pomidor 100g-2szt		Surówka koperkowa 150g A (JA, J, GOR,)	Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 500g)= 18,50 g			Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g
		Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,)		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A	Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,6 /porcja 500g)= 18,10 g			Węglowodny przyswajalne 278,20 g
		Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /porcja 510g)= 700,20 kcal		Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 1120g)= 876,30 kcal	Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g			Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104,6 /porcja 460g)= 475,50 kcal
		Białko ogółem (100g)= 6,5 /porcja 510g)= 32,40 g		Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1120g)= 39,70 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 500g)= g			Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 460g)= 19,20 g
		Tłuszcz (100g)= 6,5 /porcja 510g)= 32,60 g		Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,90 g	Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,6 /porcja 500g)= 18,10 g			Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 460g)= 16,10 g
		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 510g)= 20,00 g		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1120g)= 2,60 g	cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 500g)= 11,10 g			Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g
		Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /porcja 510g)= 67,80 g		Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1120g)= 137,00 g	Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 500g)= 1,40 g			Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 460g)= 55,30 g
		cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 510g)= 13,50 g		cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1120g)= 25,20 g	Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g			cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,40 g
		Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 510g)= 10,50 g		Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 30,50 g	Sód (100g)= 1,6 /porcja 500g)= 7,80 mg			Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,30 g
		Sól (100g)= 3 /porcja 510g)= 1,60 g		Sól (100g)= 1 /porcja 1120g)= 1,60 g				Sól (100g)= 1 /porcja 460g)= 0,50 g
		Sód (100g)= 71,4 /porcja 510g)= 356,80 mg		Sód (100g)= 7,3 /porcja 1120g)= 80,70 mg				Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g)= 461,70 mg

15.04.2026. Skiept  
 STARSZY DIETETYK  
 Wzrostowa Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela	D02-Latostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,)	Herbata bez cukru 250 ml	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,)		Wartość energetyczna[kcal] 2
		masło porcjowane 10g (MLE,)		Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JA, J, SOJ, GLU Jęcz,)	Skyr naturalny 150g (MLE,)	masło porcjowane 10g (MLE,)		005,50 kcal
		Twarożek 120g A (MLE,)		Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE,)	Mandarynka 100g	Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ,)	Mix sałat z olejem i marchewką 50g	Białko ogółem 100,70 g
		Pomidor sparzony 100g 2 szt		Ziemniaki 200g a	Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,2 /porcja 500g)= 131,20 kcal	Herbata z cukrem 250ml A		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g
		Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,)		Brokuly duszona 150g	Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 500g)= 18,60 g			Węglowodny przyswajalne 263,10 g
		Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123,4 /porcja 570g)= 685,40 kcal		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A	Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g			cukry suma 46,30 g
		Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 570g)= 31,00 g		Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,2 /porcja 1120g)= 713,40 kcal	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 500g)= g			Błonnik pokarmowy 36,90 g
		Tłuszcz (100g)= 4,7 /porcja 570g)= 25,80 g		Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 31,90 g	Węglowodny przyswajalne (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 13,10 g			Sól 1,50 g
		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 /porcja 570g)= 13,60 g		Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g)= 10,70 g	cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 500g)= 6,20 g			Sód 1 147,20 mg
		Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 /porcja 570g)= 78,60 g		Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1120g)= 2,00 g	Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 500g)= 1,40 g			
		cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,10 g		Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g)= 116,10 g	Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g			
		Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g		cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1120g)= 14,60 g	Sód (100g)= 3,1 /porcja 500g)= 15,40 mg			
		Sól (100g)= 1 /porcja 570g)= 0,60 g		Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,70 g				
		Sód (100g)= 106,5 /porcja 570g)= 591,40 mg		Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,20 g				
				Sód (100g)= 7,1 /porcja 1120g)= 78,70 mg				

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 623,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 53,10 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 1,50 g Sód 220,90 mg	Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 47,50 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 9,60 g cukry suma 9,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 1,90 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 100g Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 575,30 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 82,40 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 18,60 g Sól 0,90 g Sód 62,70 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 170,40 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 368,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 36,10 g cukry suma 6,40 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 784,80 kcal Białko ogółem 95,80 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,20 g Węglowodny przyswajalne 204,30 g cukry suma 60,40 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 3,50 g Sód 573,80 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 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,2 /porcja 570g)= 617,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 570g)= 31,00 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 570g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 570g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,9 /porcja 570g)= 82,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 570g)= 8,60 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 570g)= 1,80 g Sód (100g)= 24,8 /porcja 570g)= 137,50 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy iszt-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)= 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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz,) marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,4 /porcja 1050g)= 873,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1050g)= 37,00 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1050g)= 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1050g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 1050g)= 123,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1050g)= 16,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1050g)= 22,00 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1050g)= 0,50 g Sód (100g)= 14,9 /porcja 1050g)= 149,20 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,1 /porcja 500g)= 150,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 500g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 500g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,6 /porcja 500g)= 18,10 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 500g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g)= 1,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 500g)= 7,80 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Szyznka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,7 /porcja 460g)= 407,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 460g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 /porcja 460g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 460g)= 59,20 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 460g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 460g)= 1,70 g Sód (100g)= 1,7 /porcja 460g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 149,10 kcal Białko ogółem 109,10 g Tłuszcz 45,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,50 g Węglowodny przyswajalne 301,70 g cukry suma 58,60 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 4,30 g Sód 310,10 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 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela D11- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g) = 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g) = 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g) = 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g) = 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g) = 0,30 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] 2 086,10 kcal Białko ogółem 138,40 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglowodny przyswajalne 227,60 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g) = 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 /(porcja 650g) = 514,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 650g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 650g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g) = 54,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 650g) = 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g) = 0,30 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)= 1863 /(porcja 1g) = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g) = 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g) = 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g) = 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g) = 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g) = 0,10 g 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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 /(porcja 500g) = 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 500g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 500g) = 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 500g) = 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g) = 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g) = 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g Sód (100g)= 7,2 /(porcja 500g) = 35,90 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 079,80 kcal Białko ogółem 129,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 235,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Iwarozek naturalny 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,6 /porcja 570g)= 680,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /porcja 570g)= 30,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 570g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 570g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 570g)= 78,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 570g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Sól (100g)= 0,80 g Sód (100g)= 112,9 /porcja 570g)= 627,40 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)= 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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,2 /porcja 1120g)= 713,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 31,90 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 1120g)= 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1120g)= 2,09 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g)= 116,10 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1120g)= 14,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,20 g Sód (100g)= 7,1 /porcja 1120g)= 78,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,1 /porcja 500g)= 150,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 500g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 500g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,6 /porcja 500g)= 18,10 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 500g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g)= 1,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 1,6 /porcja 500g)= 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka losłowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104,6 /porcja 460g)= 475,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 460g)= 19,20 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 460g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 460g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 460g)= 0,50 g Sód (100g)= 101,6 /porcja 460g)= 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 119,90 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 54,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 286,00 g cukry suma 56,30 g Błonnik pokarmowy 36,90 g Sól 1,80 g Sód 1 183,40 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela D03-Z ograniczeniem łatwo przysw. wegl(Cukrzykowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 /porcja 510g)= 465,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 510g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /porcja 510g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /porcja 510g)= 37,00 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 510g)= 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= 4 /porcja 510g)= 2,00 g Sód (100g)= 4,8 /porcja 510g)= 24,00 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,2 /porcja 500g)= 131,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 500g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 500g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 13,10 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 500g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 /porcja 500g)= 1,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 500g)= 15,40 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,1 /porcja 1120g)= 857,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 1120g)= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 1120g)= 132,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1120g)= 30,50 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 1,60 g Sód (100g)= 8 /porcja 1120g)= 88,40 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka losłowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,4 /porcja 460g)= 388,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 460g)= 15,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,6 /porcja 460g)= 34,60 g cukry suma (100g)= 0,6 /porcja 460g)= 2,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,20 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 460g)= 1,40 g Sód (100g)= 3,6 /porcja 460g)= 16,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 142,1 /porcja 130g)= 184,60 kcal Białko ogółem (100g)= 9 /porcja 130g)= 11,70 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 130g)= 3,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 /porcja 130g)= 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18,4 /porcja 130g)= 2,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 /porcja 130g)= 5,30 g Sól (100g)= 1,2 /porcja 130g)= 1,50 g Sód (100g)= 0,6 /porcja 130g)= 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 026,80 kcal Białko ogółem 110,90 g Tłuszcz 63,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 240,60 g cukry suma 37,10 g Błonnik pokarmowy 52,80 g Sól 6,70 g Sód 144,90 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela GI- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A 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</p>		<p>Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutnowa (SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (MLE) Ziemniaki 300g A Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /(porcja 1220g)= 1 031,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 1220g)= 41,20 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 1220g)= 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1220g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /(porcja 1220g)= 155,20 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1220g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1220g)= 35,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 1,60 g Sód (100g)= 8.9 /(porcja 1220g)= 110,90 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30.1 /(porcja 500g)= 150,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 500g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 500g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.6 /(porcja 500g)= 18,10 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 1.6 /(porcja 500g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /(porcja 475g)= 406,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 475g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 475g)= 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 475g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /(porcja 475g)= 38,80 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 475g)= 9,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 475g)= 1,40 g Sód (100g)= 1.8 /(porcja 475g)= 8,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 072,40 kcal Białko ogółem 88,40 g Tłuszcz 76,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 253,30 g cukry suma 57,20 g Błonnik pokarmowy 40,30 g Sól 5,30 g Sód 143,70 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.6 /(porcja 575g)= 550,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 575g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 575g)= 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 575g)= 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 575g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 575g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 575g)= 7,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 575g)= 1,50 g Sód (100g)= 79.6 /(porcja 575g)= 468,40 mg</p>		<p>Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.8 /(porcja 1120g)= 741,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 1120g)= 31,10 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 1120g)= 112,10 g cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,30 g Sód (100g)= 10.7 /(porcja 1120g)= 118,60 mg</p>	<p>Herbata bez cukru 250 ml Mandarynka 2szt-200g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 15.2 /(porcja 450g)= 68,90 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 450g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.1 /(porcja 450g)= 14,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 450g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= g Sód (100g)= 3.4 /(porcja 450g)= 15,40 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104 /(porcja 460g)= 472,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 460g)= 19,20 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 460g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 460g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /(porcja 460g)= 55,20 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 460g)= 0,50 g Sód (100g)= 101.4 /(porcja 460g)= 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 833,70 kcal Białko ogółem 69,60 g Tłuszcz 55,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,30 g Węglowodny przyswajalne 246,60 g cukry suma 34,70 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 2,30 g Sód 1 063,20 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela We- Węgetarińska	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 /(porcja 510g) = 700,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /(porcja 510g) = 32,40 g Tłuszcz (100g)= 6,5 /(porcja 510g) = 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 510g) = 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 /(porcja 510g) = 67,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 510g) = 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /(porcja 510g) = 10,50 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 510g) = 1,60 g Sód (100g)= 71,4 /(porcja 510g) = 356,80 mg		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Jajko sadzone 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,6 /(porcja 1000g) = 915,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1000g) = 34,50 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1000g) = 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /(porcja 1000g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 1000g) = 129,60 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1000g) = 24,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1000g) = 29,70 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1000g) = 1,60 g Sód (100g)= 7,3 /(porcja 1000g) = 72,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,1 /(porcja 500g) = 150,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /(porcja 500g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,6 /(porcja 500g) = 18,10 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 500g) = 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,3 /(porcja 500g) = 1,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,20 g Sód (100g)= 1,6 /(porcja 500g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasztet sojowy 1szt-110g (SOJ, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135,4 /(porcja 510g) = 676,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 510g) = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 8,1 /(porcja 510g) = 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 510g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 510g) = 59,90 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 510g) = 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 510g) = 6,60 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 510g) = 1,90 g Sód (100g)= 92,3 /(porcja 510g) = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 443,10 kcal Białko ogółem 100,90 g Tłuszcz 103,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,30 g Węglowodny przyswajalne 275,40 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 48,20 g Sól 5,30 g Sód 899,00 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 11 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-14 14:47:03

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela CIAŻA COZA- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 685,40 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,60 g Węglowodny przyswajalne 78,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,60 g Sód 591,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokoly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 713,40 kcal Białko ogółem 31,90 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 116,10 g cukry suma 14,60 g Błonnik pokarmowy 21,70 g Sól 0,20 g Sód 78,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 150,40 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 18,10 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 475,50 kcal Białko ogółem 19,20 g Tłuszcz 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 024,70 kcal Białko ogółem 100,60 g Tłuszcz 52,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 51,20 g Błonnik pokarmowy 36,90 g Sól 1,50 g Sód 1 139,60 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 12 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-14 14:47:03

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela CiążAC03-Ograniczenie ław.przys. weglo(Cukrzykowa)	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 532,90 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 29,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,10 g Węglowodny przyswajalne 37,20 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Herbata bez cukru 250 ml Syr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 131,20 kcal Białko ogółem 18,60 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 13,10 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 946,50 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 132,00 g cukry suma 20,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 1,60 g Sód 88,40 mg		Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Twarożek 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 523,60 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 39,50 g cukry suma 7,60 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,50 g Sód 68,80 mg	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 184,60 kcal Białko ogółem 11,70 g Tłuszcz 3,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,20 g Węglowodny przyswajalne 23,90 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,50 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 318,80 kcal Białko ogółem 138,40 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 41,90 g Błonnik pokarmowy 52,80 g Sól 6,80 g Sód 196,50 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 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-19 niedziela LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 685,40 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,60 g Węglowodny przyswajalne 78,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 9,50 g Sól 0,60 g Sód 591,40 mg		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuly duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 713,40 kcal Białko ogółem 31,90 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 116,10 g cukry suma 14,60 g Błonnik pokarmowy 21,70 g Sól 0,20 g Sód 78,70 mg	Herbata z cukrem 250ml A Syr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 150,40 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 18,10 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 475,50 kcal Białko ogółem 19,20 g Tłuszcz 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 0,50 g Sód 461,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 2 024,70 kcal Białko ogółem 100,60 g Tłuszcz 52,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 51,20 g Błonnik pokarmowy 36,90 g Sól 1,50 g Sód 1 139,60 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 2026-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-04-19 niedziela LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowodanów (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (MLE) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 532,90 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 29,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,10 g Węglowodny przyswajalne 37,20 g cukry suma 5,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,00 g Sód 23,10 mg	Herbata bez cukru 250 ml Skyr naturalny 150g (MLE) Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 131,20 kcal Białko ogółem 18,60 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 13,10 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 946,50 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 132,00 g cukry suma 20,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 1,60 g Sód 88,40 mg			Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Twarożek 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 523,60 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 39,50 g cukry suma 7,60 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 1,50 g Sód 68,80 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 184,60 kcal Białko ogółem 11,70 g Tłuszcz 3,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,20 g Węglowodny przyswajalne 23,90 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,50 g Sód 0,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 318,80 kcal Białko ogółem 138,40 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 41,90 g Błonnik pokarmowy 52,80 g Sól 6,80 g Sód 196,50 mg