

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D01-Podstawowa	<p>Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /porcja 550g)= 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /porcja 550g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 550g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 550g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,4 /porcja 550g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 550g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 550g)= 7,30 g Sól (100g)= ,2 /porcja 550g)= 0,80 g Sód (100g)= 51,3 /porcja 550g)= 284,80 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka po żydowsku 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,3 /porcja 1120g)= 958,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1120g)= 36,20 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 1120g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /porcja 1120g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14,1 /porcja 1120g)= 156,10 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1120g)= 26,30 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1120g)= 1,90 g Sód (100g)= 9,7 /porcja 1120g)= 108,10 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= ,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /porcja 530g)= 564,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 530g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 530g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,4 /porcja 530g)= 70,60 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /porcja 530g)= 4,50 g Sól (100g)= ,4 /porcja 530g)= 2,10 g Sód (100g)= 87,7 /porcja 530g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 114,90 kcal Białko ogółem 86,90 g Tłuszcz 61,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalny 294,40 g cukry suma 59,70 g Błonnik pokarmowy 41,10 g Sól 5,00 g Sód 862,40 mg</p>	

16.04.2026. *Magdalena Kwiatkowska*
STARSZY DIETETYK
MŁDZY DIETETYK
mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-15 13:52:26

strona 1 z 15

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D02-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,2 /porcja 570g)= 517,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 /porcja 570g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 570g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 11,4 /porcja 570g)= 63,40 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 570g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,70 g Sól (100g)= ,1 /porcja 570g)= 0,50 g Sód (100g)= 84,8 /porcja 570g)= 471,30 mg</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Brokuly duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96,1 /porcja 921g)= 873,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 921g)= 34,70 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 921g)= 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 921g)= 4,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,5 /porcja 921g)= 123,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 921g)= 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 921g)= 14,80 g Sól (100g)= ,1 /porcja 921g)= 0,40 g Sód (100g)= 9,1 /porcja 921g)= 83,00 mg</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,8 /porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4 /porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= ,1 /porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g)= 7,80 mg</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,2 /porcja 490g)= 561,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g)= 17,00 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 490g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14 /porcja 490g)= 70,20 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /porcja 490g)= 4,40 g Sól (100g)= ,4 /porcja 490g)= 2,10 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g)= 461,70 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 048,20 kcal Białko ogółem 85,80 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalny 266,70 g cukry suma 54,10 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sól 3,20 g Sód 1 023,80 mg</p>	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-04-15 13:52:26

strona 2 z 15

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek DZIECI PO IB- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 419,10 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,10 g Węglowodny przyswajalne 43,00 g cukry suma 16,60 g Błonnik pokarmowy 6,00 g Sól 0,70 g Sód 148,90 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 100g A Surówka po żydowsku 100g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 764,40 kcal Białko ogółem 32,20 g Tłuszcz 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 112,70 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 21,00 g Sól 1,50 g Sód 144,00 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 115,60 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 15,00 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 461,80 kcal Białko ogółem 13,70 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 51,00 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 2,00 g Sód 280,50 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 829,00 kcal Białko ogółem 77,10 g Tłuszcz 58,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,70 g Węglowodny przyswajalne 236,30 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sól 4,40 g Sód 590,90 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidory sparzone 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81 (porcja 570g)= 450,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 (porcja 570g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 1,1 (porcja 570g)= 6,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 (porcja 570g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 (porcja 570g)= 67,30 g cukry suma (100g)= 2,9 (porcja 570g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 (porcja 570g)= 4,80 g Sól (100g)= 0,3 (porcja 570g)= 1,70 g Sód (100g)= 3,1 (porcja 570g)= 17,40 mg	Jabłko gotowane 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19,3 (porcja 400g)= 77,10 kcal Białko ogółem (100g)= 0,1 (porcja 400g)= 0,40 g Tłuszcz (100g)= 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)= 0,4 (porcja 400g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 (porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,3 (porcja 400g)= 9,30 mg	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Klopsiki drobiowe pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) marchew duszona 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,2 (porcja 801g)= 735,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 (porcja 801g)= 44,10 g Tłuszcz (100g)= 1 (porcja 801g)= 8,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 (porcja 801g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 (porcja 801g)= 113,90 g cukry suma (100g)= 2,1 (porcja 801g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 (porcja 801g)= 18,20 g Sól (100g)= 0,1 (porcja 801g)= 0,60 g Sód (100g)= 16,4 (porcja 801g)= 136,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 (porcja 251g)= 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 (porcja 251g)= 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 (porcja 251g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 (porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 (porcja 251g)= 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 (porcja 251g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 (porcja 251g)= 3,00 g Sól (100g)= 0,1 (porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 3,1 (porcja 251g)= 7,80 mg	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,7 (porcja 490g)= 493,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 (porcja 490g)= 17,00 g Tłuszcz (100g)= 2,7 (porcja 490g)= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 (porcja 490g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 (porcja 490g)= 74,10 g cukry suma (100g)= 2,6 (porcja 490g)= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,7 (porcja 490g)= 3,50 g Sól (100g)= 0,7 (porcja 490g)= 3,30 g Sód (100g)= 1,6 (porcja 490g)= 7,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 851,40 kcal Białko ogółem 95,60 g Tłuszcz 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,10 g Węglowodny przyswajalne 282,70 g cukry suma 73,30 g Błonnik pokarmowy 31,00 g Sól 5,80 g Sód 179,10 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek 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	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 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] 2 065,10 kcal Białko ogółem 124,80 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,50 g Węglowodny przyswajalne 226,50 g cukry suma 22,20 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 0,80 g Sód 265,30 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 500g)= 50,30 mg	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /(porcja 501g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 501g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 501g)= 53,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 501g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,30 g Sód (100g)= 10,1 /(porcja 501g)= 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)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 17,45 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 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	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] 2 058,80 kcal Białko ogółem 116,00 g Tłuszcz 67,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 234,80 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D07- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z pietruszką 200g (MLE), Pomidory sparzone 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,3 /porcja 650g = 615,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,5 /porcja 650g = 43,20 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 650g = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 650g = 11,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,1 /porcja 650g = 67,10 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g = 19,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 650g = 5,70 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 650g = 0,60 g Sód (100g)= 70,7 /porcja 650g = 471,30 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)= 0,4 /porcja 350g = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 350g = 0,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4,4 /porcja 350g = 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 350g = 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 350g = 0,10 g Sód (100g)= 16,2 /porcja 350g = 55,80 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz), Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL), Ryż biały 200g Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96,1 /porcja 921g = 873,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 921g = 34,70 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 921g = 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 921g = 4,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,5 /porcja 921g = 123,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 921g = 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 921g = 14,80 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 921g = 0,40 g Sód (100g)= 9,1 /porcja 921g = 83,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /porcja 251g = 2,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4 /porcja 251g = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 251g = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 412,2 /porcja 490g = 561,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g = 17,00 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g = 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 490g = 7,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14 /porcja 490g = 70,20 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 490g = 4,40 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 490g = 2,10 g Sód (100g)= 92,3 /porcja 490g = 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 236,50 kcal Białko ogółem 104,70 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglowodny przyswajalny 285,60 g cukry suma 69,60 g Błonnik pokarmowy 28,10 g Sól 3,40 g Sód 1 079,60 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek D03-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego cukru	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z pietruszką 120g (MLE), Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 550g = 438,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 550g = 27,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 550g = 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 550g = 9,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,9 /porcja 550g = 43,60 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 550g = 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 550g = 9,10 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 550g = 1,40 g Sód (100g)= 3,7 /porcja 550g = 20,70 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 30,6 /porcja 251g = 76,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,8 /porcja 251g = 2,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 2 /porcja 251g = 5,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 251g = 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 251g = 0,20 g Sód (100g)= 6,2 /porcja 251g = 15,40 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL), Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ), Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE), Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,6 /porcja 1120g = 906,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1120g = 35,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 1120g = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1120g = 3,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13 /porcja 1120g = 144,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1120g = 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1120g = 26,30 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1120g = 2,00 g Sód (100g)= 11,1 /porcja 1120g = 123,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB), Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 /porcja 530g = 477,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 530g = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 530g = 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 530g = 7,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 9,5 /porcja 530g = 49,90 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 530g = 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 530g = 7,40 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 530g = 3,00 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 530g = 16,30 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR), Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 /porcja 120g = 250,70 kcal Białko ogółem (100g)= 8,6 /porcja 120g = 10,40 g Tłuszcz (100g)= 9,6 /porcja 120g = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /porcja 120g = 6,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 19,5 /porcja 120g = 23,50 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 120g = 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 /porcja 120g = 4,90 g Sól (100g)= 1 /porcja 120g = 1,20 g Sód (100g)= 0 /porcja 120g = mg	Wartość energetyczna[kcal] 2149,30 kcal Białko ogółem 93,80 g Tłuszcz 72,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g Węglowodny przyswajalny 266,10 g cukry suma 43,90 g Błonnik pokarmowy 50,70 g Sól 7,80 g Sód 175,90 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek GL- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74 /porcja 615g = 462,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 615g = 22,10 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 615g = 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 615g = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 /porcja 615g = 48,50 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 615g = 19,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 615g = 3,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 615g = 1,40 g Sód (100g)= 2,6 /porcja 615g = 16,50 mg</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Pulpeciki mięsne z soczewicą 2szt-100g A bezglutenowe (JAJ) Sos pieczarkowy 120 bezglutenowy, bezmleczny Ryż pełnoziarnisty 220g A Surówka po żydowsku 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103 /porcja 1120g = 1 144,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1120g = 36,50 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1120g = 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 1120g = 3,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18,5 /porcja 1120g = 205,90 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1120g = 20,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /porcja 1120g = 31,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,00 g Sód (100g)= 11,3 /porcja 1120g = 125,10 mg</p>	<p>herbata z cukrem 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /porcja 251g = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 251g = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 251g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /porcja 251g = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /porcja 251g = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 251g = 3,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 251g = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /porcja 251g = 7,80 mg</p>	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /porcja 500g = 486,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /porcja 500g = 12,10 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 500g = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 500g = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 500g = 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 500g = 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 500g = 1,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 500g = 1,30 g Sód (100g)= 2,1 /porcja 500g = 10,40 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 188,70 kcal Białko ogółem 75,20 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 322,60 g cukry suma 58,40 g Błonnik pokarmowy 40,20 g Sól 4,90 g Sód 159,80 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek ML- Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,4 /porcja 575g = 531,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 575g = 20,80 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 575g = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 575g = 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /porcja 575g = 67,30 g cukry suma (100g)= 7,9 /porcja 575g = 46,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 575g = 8,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 575g = 0,40 g Sód (100g)= 79,6 /porcja 575g = 468,40 mg</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g bez glutenowa A (JAJ) Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (SEL) Ryż biały 220g A Brokuly duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,3 /porcja 1190g = 1 103,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1190g = 39,90 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 1190g = 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1190g = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /porcja 1190g = 169,00 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 1190g = 14,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 1190g = 17,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1190g = 0,70 g Sód (100g)= 16,4 /porcja 1190g = 205,10 mg</p>	<p>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</p>	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,7 /porcja 490g = 558,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 490g = 17,00 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g = 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 490g = 5,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 /porcja 490g = 70,20 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 490g = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g = 4,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 490g = 2,10 g Sód (100g)= 92,2 /porcja 490g = 460,80 mg</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 265,30 kcal Białko ogółem 78,70 g Tłuszcz 67,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,20 g Węglowodny przyswajalne 321,60 g cukry suma 88,10 g Błonnik pokarmowy 31,80 g Sól 3,20 g Sód 1 145,30 mg</p>	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek We- Wegetarińska	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 550g) = 496,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 550g) = 28,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 550g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 550g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /(porcja 550g) = 57,70 g cukry suma (100g)= 3,1 /(porcja 550g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 550g) = 7,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 550g) = 0,80 g Sód (100g)= 51,3 /(porcja 550g) = 284,80 mg		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Gulasz warzywny curry z kalaflorem i soczewicą 250g (GLU Psz, SEL) Ryz peinoziarnisty 200g Surówka po żydowsku 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 /(porcja 1150g) = 1 039,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 1150g) = 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 1150g) = 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1150g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,1 /(porcja 1150g) = 168,20 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 1150g) = 25,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /(porcja 1150g) = 30,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1150g) = 2,00 g Sód (100g)= 7,7 /(porcja 1150g) = 85,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38,3 /(porcja 251g) = 95,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 251g) = 4,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g) = 10,00 g cukry suma (100g)= 3,8 /(porcja 251g) = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 251g) = 3,00 g Sól (100g)= .1 /(porcja 251g) = 0,20 g Sód (100g)= 3,1 /(porcja 251g) = 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /(porcja 530g) = 564,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 530g) = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 530g) = 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 530g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /(porcja 530g) = 70,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 530g) = 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 530g) = 4,50 g Sól (100g)= 4 /(porcja 530g) = 2,10 g Sód (100g)= 88,5 /(porcja 530g) = 465,60 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 196,60 kcal Białko ogółem 79,10 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g Węglowodny przyswajalne 306,80 g cukry suma 65,30 g Błonnik pokarmowy 45,10 g Sól 5,10 g Sód 844,10 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek CIAŻA CO2A- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL) Ryz biały 200g Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 873,50 kcal Białko ogółem 34,70 g Tłuszcz 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 123,10 g cukry suma 15,90 g Błonnik pokarmowy 14,80 g Sól 0,40 g Sód 83,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,10 kcal Białko ogółem 17,00 g Tłuszcz 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,20 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,20 kcal Białko ogółem 85,80 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 266,70 g cukry suma 54,10 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sól 3,20 g Sód 1 023,80 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek CIAŻACI3-Ograniczenie łatw. przys. węglu(Cukrzycoowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne 10g Twarożek z pietruszką 220g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 635,50 kcal Białko ogółem 54,90 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,60 g Sód 19,80 mg	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-150g A (GLU Psz, JAJ) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 997,80 kcal Białko ogółem 46,70 g Tłuszcz 12,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 171,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 34,50 g Sól 2,00 g Sód 123,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 544,50 kcal Białko ogółem 20,70 g Tłuszcz 26,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 15,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 176,50 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,20 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 430,70 kcal Białko ogółem 137,10 g Tłuszcz 64,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 299,60 g cukry suma 49,50 g Błonnik pokarmowy 58,90 g Sól 8,00 g Sód 174,10 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek LAKTACIA C02-Dieta łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,90 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,50 g Sód 471,30 mg		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL) Ryż biały 200g Brokuly duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 873,50 kcal Białko ogółem 34,70 g Tłuszcz 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 123,10 g cukry suma 15,90 g Błonnik pokarmowy 14,80 g Sól 0,40 g Sód 83,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,10 kcal Białko ogółem 17,00 g Tłuszcz 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 70,20 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 2,10 g Sód 461,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,20 kcal Białko ogółem 85,80 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 266,70 g cukry suma 54,10 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sól 3,20 g Sód 1 023,80 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 2026-04-20 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-20 poniedziałek LAKTACJAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węgla (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Masło roślinne 10g Twarożek z pietruszką 220g (MLE, Papryka świeża 80g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ, Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 635,50 kcal Białko ogółem 54,90 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 17,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,60 g Sód 19,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] 95,70 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-150g A (GLU Psz, JAJ, Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE, Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 997,80 kcal Białko ogółem 46,70 g Tłuszcz 12,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 171,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 34,50 g Sól 2,00 g Sód 123,50 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB, ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ, Wartość energetyczna[kcal] 544,70 kcal Białko ogółem 20,60 g Tłuszcz 26,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 50,40 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 19,40 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Gołonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR, Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 176,50 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,20 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 450,20 kcal Białko ogółem 137,00 g Tłuszcz 64,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 304,90 g cukry suma 55,00 g Błonnik pokarmowy 58,90 g Sól 8,00 g Sód 170,50 mg