

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	D01-Podstawowa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-rzazwe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciedrzyką 120g A (JAJ, GOR.) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,4 /porcja 525g)= 533,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 525g)= 22,10 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 525g)= 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 525g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 525g)= 55,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 525g)= 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 525g)= 6,20 g Sól (100g)= 4 /porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 150,2 /porcja 525g)= 790,40 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba smażona 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,6 /porcja 1000g)= 795,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1000g)= 34,70 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 1000g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1000g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 1000g)= 116,30 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1000g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1000g)= 17,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 1000g)= 0,40 g Sód (100g)= 15,1 /porcja 1000g)= 150,70 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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Szynka beskidzka -wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego i białka mleka 30g W (SOJ, MLE.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105,8 /porcja 525g)= 557,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 525g)= 25,90 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 525g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 525g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /porcja 525g)= 69,80 g cukry suma (100g)= 9,3 /porcja 525g)= 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 525g)= 7,10 g Sól (100g)= 2 /porcja 525g)= 1,20 g Sód (100g)= 97,9 /porcja 525g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 982,00 kcal Białko ogółem 87,20 g Tłuszcz 65,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 251,70 g cukry suma 80,80 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 3,90 g Sód 1 464,00 mg	

Wydruk z MAPI JACLOSPIS 2

Formularz Jadłospis Tygodniowy, posiłki w kolumnach 1-3

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

strona 1 z 15

Wydrukował: q Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /porcja 570g)= 561,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 570g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 570g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= 3 /porcja 570g)= 1,70 g Sód (100g)= 184,5 /porcja 570g)= 1 024,90 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,8 /porcja 1120g)= 719,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 1120g)= 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 1120g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 1120g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /porcja 1120g)= 107,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1120g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 19,70 g Sól (100g)= 1 /porcja 1120g)= 0,60 g Sód (100g)= 17,7 /porcja 1120g)= 197,00 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 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	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107 /porcja 505g)= 535,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 505g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 505g)= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /porcja 505g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /porcja 505g)= 69,40 g cukry suma (100g)= 9,7 /porcja 505g)= 48,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 505g)= 7,30 g Sól (100g)= 1 /porcja 505g)= 0,50 g Sód (100g)= 103 /porcja 505g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 912,60 kcal Białko ogółem 99,40 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 244,90 g cukry suma 86,10 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,00 g Sód 1 744,80 mg	

Wydruk z MAPI JACLOSPIS 2

Formularz Jadłospis Tygodniowy, posiłki w kolumnach 1-3

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

strona 2 z 15

Wydrukował: q Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek DZIECI P11B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Pieczynio żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzą 120g A (JAJ, GOR.) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 456,60 kcal Białko ogółem 19,40 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 40,90 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 2,00 g Sód 654,50 mg	Jabiko 130g Herbata owocowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 88,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 19,60 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 9,70 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kotlet rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 100g Surówka z kapusty kiszonej 100g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 572,10 kcal Białko ogółem 20,30 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 80,50 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 15,40 g Sól 0,40 g Sód 79,60 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.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 432,40 kcal Białko ogółem 19,00 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 49,80 g cukry suma 47,80 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 0,40 g Sód 333,90 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 664,80 kcal Białko ogółem 63,70 g Tłuszcz 57,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g Węglowodny przyswajalne 205,80 g cukry suma 103,10 g Błonnik pokarmowy 30,80 g Sól 3,00 g Sód 1 085,50 mg

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 3 z 16

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.t3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek D05-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 /(porcja 570g)= 500,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 570g)= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 570g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 570g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /(porcja 570g)= 62,40 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 570g)= 10,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8 /(porcja 570g)= 4,60 g Sól (100g)= 1,5 /(porcja 570g)= 2,50 g Sód (100g)= 73,6 /(porcja 570g)= 408,80 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jabiko gotowane 150g 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,9 /(porcja 1100g)= 865,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 1100g)= 52,20 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1100g)= 10,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,2 /(porcja 1100g)= 146,90 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 1100g)= 20,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /(porcja 1100g)= 34,50 g Sól (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 0,70 g Sód (100g)= 18,9 /(porcja 1100g)= 209,60 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 480g)= 425,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 480g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 480g)= 8,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 480g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 /(porcja 480g)= 63,30 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 480g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8 /(porcja 480g)= 3,60 g Sól (100g)= 4 /(porcja 480g)= 1,70 g Sód (100g)= 12,9 /(porcja 480g)= 61,20 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 963,50 kcal Białko ogółem 100,60 g Tłuszcz 39,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,80 g Węglowodny przyswajalne 300,00 g cukry suma 69,50 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 5,10 g Sód 696,70 mg

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

strona 4 z 15

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.t3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek D11- Papkowała	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 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek D12- Płynna wztrżniona	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,) 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 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)= 8,70 /(porcja 1g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 32,28 /(porcja 1g) = 32,30 g cukry suma (100g)= 3,80 /(porcja 1g) = 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8,75 /(porcja 1g) = 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g) = 0,10 g Sód (100g)= 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] 2 120,40 kcal Białko ogółem 124,60 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 21,10 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 0,70 g Sód 242,20 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /(porcja 570g)= 561,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /(porcja 570g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 570g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 570g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,70 g Sód (100g)= 184,5 /(porcja 570g)= 1 024,90 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26,3 /(porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,4 /(porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /(porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16,2 /(porcja 350g)= 55,80 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,8 /(porcja 1120g)= 719,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 1120g)= 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 1120g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /(porcja 1120g)= 107,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 1120g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1120g)= 19,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 0,60 g Sód (100g)= 17,7 /(porcja 1120g)= 197,00 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)= .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.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,1 /(porcja 505g)= 530,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 505g)= 22,10 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 505g)= 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 505g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /(porcja 505g)= 69,30 g cukry suma (100g)= 9,7 /(porcja 505g)= 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 505g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 505g)= 0,60 g Sód (100g)= 110,2 /(porcja 505g)= 551,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 998,80 kcal Białko ogółem 104,20 g Tłuszcz 60,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 260,00 g cukry suma 98,00 g Błonnik pokarmowy 35,70 g Sól 3,20 g Sód 1 836,60 mg	

D07- Bogatobalkowa

Wydruk z NAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.r3

strona 7 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek D03-Z ograniczeniem kalno przys.węgl./Cukrzyca	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,4/(porcja 520g)= 475,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 520g)= 21,00 g Tłuszcz (100g)= 4,2/(porcja 520g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,9/(porcja 520g)= 41,60 g cukry suma (100g)= .8/(porcja 520g)= 4,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 520g)= 8,00 g Sól (100g)= .5/(porcja 520g)= 2,60 g Sód (100g)= 100/(porcja 520g)= 526,30 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)= .8/(porcja 251g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (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)= .1/(porcja 251g)= 0,20 g Sód (100g)= 6,2/(porcja 251g)= 15,40 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,4/(porcja 1120g)= 737,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2/(porcja 1120g)= 46,70 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 1120g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1120g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8/(porcja 1120g)= 98,20 g cukry suma (100g)= .8/(porcja 1120g)= 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 1120g)= 17,50 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 10,7/(porcja 1120g)= 118,90 mg		Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,3/(porcja 480g)= 405,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3/(porcja 480g)= 20,60 g Tłuszcz (100g)= 3,6/(porcja 480g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1/(porcja 480g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1/(porcja 480g)= 38,70 g cukry suma (100g)= 1,5/(porcja 480g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 480g)= 7,40 g Sól (100g)= .3/(porcja 480g)= 1,30 g Sód (100g)= 14,7/(porcja 480g)= 69,70 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208,3/(porcja 120g)= 251,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,6/(porcja 120g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 8,7/(porcja 120g)= 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2/(porcja 120g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,2/(porcja 120g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6/(porcja 120g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,4/(porcja 120g)= 5,30 g Sól (100g)= 1,1/(porcja 120g)= 1,30 g Sód (100g)= 1,7/(porcja 120g)= 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,90 kcal Białko ogółem 108,00 g Tłuszcz 74,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g Węglowodny przyswajalne 206,60 g cukry suma 27,30 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 5,90 g Sód 732,40 mg

Wydruk z NAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.r3

strona 8 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	CL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzyca 120g A (JAJ, GOR.) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,9 /porcja 535g)= 494,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 535g)= 15,00 g Tłuszcz (100g)= 5 /porcja 535g)= 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /porcja 535g)= 45,80 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 535g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 535g)= 2,10 g Sól (100g)= .5 /porcja 535g)= 2,70 g Sód (100g)= 98,5 /porcja 535g)= 518,60 mg	Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Ryba duszona 100g A bezglutenowa (RYB.) Sos koperkowy 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,6 /porcja 1220g)= 945,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1220g)= 37,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 1220g)= 43,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1220g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8 /porcja 1220g)= 109,60 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 1220g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1220g)= 27,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 1,40 g Sód (100g)= 40,7 /porcja 1220g)= 508,20 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 bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,6 /porcja 520g)= 466,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 520g)= 14,50 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 520g)= 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 520g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1 /porcja 520g)= 53,00 g cukry suma (100g)= 9,6 /porcja 520g)= 50,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,30 g Sól (100g)= .3 /porcja 520g)= 1,50 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 520g)= 62,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 000,80 kcal Białko ogółem 71,50 g Tłuszcz 94,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 218,40 g cukry suma 86,60 g Błonnik pokarmowy 36,70 g Sól 5,80 g Sód 1 096,70 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 9 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	ML - Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /porcja 570g)= 540,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 570g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g)= 58,10 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 570g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g)= 5,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 570g)= 1,80 g Sód (100g)= 184,3 /porcja 570g)= 1 024,00 mg		Krupnik 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /porcja 1220g)= 1 047,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 1220g)= 42,20 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1220g)= 36,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /porcja 1220g)= 140,20 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1220g)= 19,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /porcja 1220g)= 34,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 0,70 g Sód (100g)= 18,1 /porcja 1220g)= 225,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,8 /porcja 400g)= 11,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,3 /porcja 460g)= 487,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /porcja 460g)= 12,20 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 460g)= 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 460g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16 /porcja 460g)= 72,60 g cukry suma (100g)= 10,5 /porcja 460g)= 47,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 460g)= 9,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 460g)= 1,50 g Sód (100g)= 101,4 /porcja 460g)= 460,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 146,70 kcal Białko ogółem 78,70 g Tłuszcz 74,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 286,00 g cukry suma 92,10 g Błonnik pokarmowy 51,50 g Sól 4,00 g Sód 1 721,70 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 10 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek We- Węgetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Pieczywo żytnio-pszennie-razowe 35g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (<i>JAJ, GOR.</i>) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,4 /(porcja 525g)= 533,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 525g)= 22,10 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 525g)= 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 525g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /(porcja 525g)= 55,60 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 525g)= 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 525g)= 6,20 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 525g)= 2,10 g Sód (100g)= 150,2 /(porcja 525g)= 790,40 mg		Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB.</i>) Sos koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,3 /(porcja 1120g)= 770,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 1120g)= 46,70 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 1120g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 /(porcja 1120g)= 106,70 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 1120g)= 14,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 1120g)= 17,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,50 g Sód (100g)= 10 /(porcja 1120g)= 111,30 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (<i>MLE.</i>) 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 (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE.</i>) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107 /(porcja 505g)= 535,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 505g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 505g)= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /(porcja 505g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /(porcja 505g)= 69,40 g cukry suma (100g)= 9,7 /(porcja 505g)= 48,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 505g)= 7,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 505g)= 0,50 g Sód (100g)= 103 /(porcja 505g)= 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 935,00 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 64,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,40 g Węglowodny przyswajalne 241,70 g cukry suma 81,40 g Błonnik pokarmowy 34,00 g Sól 3,30 g Sód 1 424,60 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis, Tygodniowy posiłki, w kolumnach fr3

Strona 11 z 15

Wydrukował: q Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek CIAŻA C02A- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,70 g Sód 1 024,90 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 719,80 kcal Białko ogółem 49,00 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 107,30 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 19,70 g Sól 0,60 g Sód 197,00 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.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 535,20 kcal Białko ogółem 22,60 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 69,40 g cukry suma 48,60 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 912,60 kcal Białko ogółem 99,40 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 244,90 g cukry suma 86,10 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,00 g Sód 1 744,80 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis, Tygodniowy posiłki, w kolumnach fr3

Strona 12 z 15

Wydrukował: q Data i godzina wydruku: 2026-08-03 12:31:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek CIAŻA C03-Ograniczone łatw.przys. węgiel(Cukrzykowa)	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 512,10 kcal Białko ogółem 29,80 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 48,20 g cukry suma 4,70 g Błonnik pokarmowy 8,00 g Sól 2,90 g Sód 574,40 mg	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 737,80 kcal Białko ogółem 46,70 g Tłuszcz 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 98,20 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 17,50 g Sól 0,50 g Sód 118,90 mg		Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 566,30 kcal Białko ogółem 37,50 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,10 g Węglowodny przyswajalne 43,80 g cukry suma 10,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 2,10 g Sód 101,20 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szyńska łoskowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 100,00 kcal Białko ogółem 133,50 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g Węglowodny przyswajalne 219,00 g cukry suma 31,70 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 6,60 g Sód 812,00 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,90 kcal Białko ogółem 23,30 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 58,20 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,70 g Sód 1 024,90 mg		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 719,80 kcal Białko ogółem 49,00 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 107,30 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 19,70 g Sól 0,60 g Sód 197,00 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.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 535,20 kcal Białko ogółem 22,60 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 69,40 g cukry suma 48,60 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,50 g Sód 515,10 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 912,60 kcal Białko ogółem 99,40 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 244,90 g cukry suma 86,10 g Błonnik pokarmowy 35,50 g Sól 3,00 g Sód 1 744,80 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-08-14 piątek	LAKTACIAC03-D, z ograniczonym przyswajaniem węglowod. (Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 524,70 kcal Białko ogółem 30,40 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalny 50,40 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,90 g Sód 578,70 mg	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal Białko ogółem 4,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalny 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 15,40 mg	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka z kapusty kiszonej 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 737,80 kcal Białko ogółem 46,70 g Tłuszcz 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalny 98,20 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 17,50 g Sól 0,50 g Sód 118,90 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 547,40 kcal Białko ogółem 37,50 g Tłuszcz 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g Węglowodny przyswajalny 43,70 g cukry suma 10,90 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 2,10 g Sód 101,20 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szyńka tostowa z kurocząt 60g (SOJ.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 207,40 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalny 23,80 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,90 g Sód 2,10 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 093,70 kcal Białko ogółem 134,10 g Tłuszcz 68,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalny 221,10 g cukry suma 33,80 g Błonnik pokarmowy 41,60 g Sól 6,60 g Sód 816,30 mg