Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	D01-Podstawowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (***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 555g)= 496,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 555g)= 28,90 g** **Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 555g)= 15,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 555g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 555g)= 57,70 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 555g)= 17,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 555g)= 7,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 555g)= 0,80 g** **Sód (100g)= 51.3 /(porcja 555g)= 284,80 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.1 /(porcja 1150g)= 857,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1150g)= 35,40 g** **Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 1150g)= 23,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1150g)= 4,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /(porcja 1150g)= 130,00 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1150g)= 15,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1150g)= 18,70 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1150g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 6.2 /(porcja 1150g)= 69,30 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 135g (***GLU Psz, RYB,***) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.6 /(porcja 535g)= 550,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 535g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 535g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.3 /(porcja 535g)= 69,80 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 535g)= 12,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 535g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 535g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 88.5 /(porcja 535g)= 465,60 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 999,40 kcal** **Białko ogółem 85,40 g** **Tłuszcz 62,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g** **Węglowodny przyswajalne 267,50 g** **cukry suma 55,00 g** **Błonnik pokarmowy 33,50 g** **Sól 3,30 g** **Sód 827,50 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	D02-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] (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 przyswajalne (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**		Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.4 /(porcja 951g)= 794,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 951g)= 33,30 g** **Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 951g)= 21,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 951g)= 4,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /(porcja 951g)= 110,60 g** **cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 951g)= 15,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 951g)= 11,40 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 951g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 7.5 /(porcja 951g)= 67,80 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)= .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 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.6 /(porcja 495g)= 548,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 495g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 495g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.9 /(porcja 495g)= 69,30 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 92.3 /(porcja 495g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 955,70 kcal** **Białko ogółem 84,00 g** **Tłuszcz 61,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g** **Węglowodny przyswajalne 253,30 g** **cukry suma 53,30 g** **Błonnik pokarmowy 24,60 g** **Sól 2,90 g** **Sód 1 008,60 mg**

akcept. dn. 10.11.26r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (***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 owocowa z cukrem 250ml Jabłko 130g **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**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 100g A Fasolka szparagowa gotowana 100g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 682,80 kcal Białko ogółem 31,00 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 89,80 g cukry suma 14,70 g Błonnik pokarmowy 13,40 g Sól 0,30 g Sód 103,10 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 135g (***GLU Psz, RYB,***) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 447,70 kcal Białko ogółem 13,00 g Tłuszcz 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 50,20 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 1,80 g Sód 284,40 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 753,30 kcal Białko ogółem 75,20 g Tłuszcz 60,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 217,60 g cukry suma 76,90 g Błonnik pokarmowy 27,10 g Sól 3,00 g Sód 553,90 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Twarożek z pietruszką 120g (***MLE,***) Pomidor sparzony 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)= .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)= .9 /(porcja 570g)= 4,80 g Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,70 g Sód (100g)= 3.1 /(porcja 570g)= 17,40 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26.3 /(porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16.2 /(porcja 350g)= 55,80 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż biały 220g A Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.4 /(porcja 1170g)= 881,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1170g)= 33,90 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 1170g)= 31,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1170g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 1170g)= 111,00 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1170g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 1170g)= 11,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1170g)= 0,70 g Sód (100g)= 23.6 /(porcja 1170g)= 262,00 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**	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96 /(porcja 495g)= 480,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 495g)= 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 495g)= 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.6 /(porcja 495g)= 73,20 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 495g)= 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 495g)= 3,60 g Sól (100g)= .6 /(porcja 495g)= 3,10 g Sód (100g)= 1.6 /(porcja 495g)= 7,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 998,40 kcal Białko ogółem 89,90 g Tłuszcz 54,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,00 g Węglowodny przyswajalne 276,70 g cukry suma 65,50 g Błonnik pokarmowy 23,00 g Sól 5,80 g Sód 350,80 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 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+ziemniaki 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**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 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+ziemniaki 500ml Płynna (*MLE, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(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 drobiowa 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7.2 /(porcja 500g)= 35,90 mg**		**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**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	D07- Bogatobiałkowa	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 przyswajalne (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**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.4 /(porcja 951g)= 794,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 951g)= 33,30 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 951g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 951g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /(porcja 951g)= 110,60 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 951g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 951g)= 11,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 951g)= 0,30 g Sód (100g)= 7.5 /(porcja 951g)= 67,80 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)= .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 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.6 /(porcja 495g)= 548,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 495g)= 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 495g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.9 /(porcja 495g)= 69,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 1,90 g Sód (100g)= 92.3 /(porcja 495g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 055,40 kcal Białko ogółem 87,30 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 271,30 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 24,60 g Sól 3,00 g Sód 1 016,40 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	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 przyswajalne (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)= .2 /(porcja 550g)= 1,40 g Sód (100g)= 3.7 /(porcja 550g)= 20,70 mg**	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **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**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.5 /(porcja 1150g)= 805,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1150g)= 35,00 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 1150g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1150g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 1150g)= 118,00 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 1150g)= 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1150g)= 18,70 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1150g)= 0,30 g Sód (100g)= 7.6 /(porcja 1150g)= 84,60 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88 /(porcja 535g)= 463,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 535g)= 14,60 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 535g)= 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 535g)= 49,10 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 535g)= 8,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g Sól (100g)= .5 /(porcja 535g)= 2,80 g Sód (100g)= 3.9 /(porcja 535g)= 20,30 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło 10g (***MLE,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 209.1 /(porcja 120g)= 251,90 kcal Białko ogółem (100g)= 8.7 /(porcja 120g)= 10,50 g Tłuszcz (100g)= 9.7 /(porcja 120g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /(porcja 120g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.7 /(porcja 120g)= 23,70 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 120g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 120g)= 5,00 g Sól (100g)= 1 /(porcja 120g)= 1,20 g Sód (100g)= 0 /(porcja 120g)= mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 035,10 kcal Białko ogółem 92,40 g Tłuszcz 73,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,90 g Węglowodny przyswajalne 239,40 g cukry suma 39,30 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 5,90 g Sód 141,00 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Twarożek z pietruszką 120g (***MLE,***) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.2 /(porcja 565g)= 456,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 565g)= 21,70 g** **Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 565g)= 19,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 565g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 565g)= 47,90 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 565g)= 18,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 565g)= 3,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 565g)= 1,40 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 565g)= 13,00 mg**		Barszcz czerwony 300ml bez glunetowy (***SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g b/g (***SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 220g A Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.2 /(porcja 1100g)= 779,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1100g)= 34,80 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 11,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 /(porcja 1100g)= 139,90 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1100g)= 15,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 22,00 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,40 g** **Sód (100g)= 14.9 /(porcja 1100g)= 165,00 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 bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 2szt-100g (***JAJ,***) Miód porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.1 /(porcja 540g)= 490,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 540g)= 12,20 g** **Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 540g)= 22,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 540g)= 8,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 540g)= 58,90 g** **cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 540g)= 9,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,40 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 26 /(porcja 540g)= 137,00 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 821,90 kcal** **Białko ogółem 73,20 g** **Tłuszcz 56,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,20 g** **Węglowodny przyswajalne 256,70 g** **cukry suma 54,00 g** **Błonnik pokarmowy 29,50 g** **Sól 3,60 g** **Sód 322,80 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	ML- Bezmleczna	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)= 0,70 g** **Sód (100g)= 100.5 /(porcja 575g)= 591,10 mg**		Barszcz czerwony 300ml bezmleczny A (***GLU Psz, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g b/g (***SEL,***) Ryż biały 220g A Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.3 /(porcja 1120g)= 1 058,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1120g)= 38,70 g** **Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.2 /(porcja 1120g)= 169,30 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1120g)= 14,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,70 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 0,80 g** **Sód (100g)= 28.9 /(porcja 1120g)= 321,40 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 2szt-200g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 19.4 /(porcja 450g)= 88,20 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)= 4.2 /(porcja 450g)= 18,90 g** **cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 450g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= g** **Sód (100g)= 1.7 /(porcja 450g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109 /(porcja 495g)= 545,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 495g)= 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 495g)= 5,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.9 /(porcja 495g)= 69,30 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 92.2 /(porcja 495g)= 460,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 223,70 kcal** **Białko ogółem 77,10 g** **Tłuszcz 62,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,90 g** **Węglowodny przyswajalne 324,80 g** **cukry suma 77,80 g** **Błonnik pokarmowy 32,40 g** **Sól 3,50 g** **Sód 1 381,10 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (***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 555g)= 496,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 555g)= 28,90 g** **Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 555g)= 15,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 555g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 555g)= 57,70 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 555g)= 17,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 555g)= 7,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 555g)= 0,80 g** **Sód (100g)= 51.3 /(porcja 555g)= 284,80 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz warzywny curry z kalafiorem i soczewicą 250g (***GLU Psz, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.8 /(porcja 1150g)= 1 031,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 1150g)= 28,70 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 1150g)= 30,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1150g)= 3,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 /(porcja 1150g)= 159,00 g** **cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1150g)= 18,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1150g)= 27,30 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1150g)= 0,40 g** **Sód (100g)= 9.1 /(porcja 1150g)= 100,60 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**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.6 /(porcja 535g)= 550,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 535g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 535g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.3 /(porcja 535g)= 69,80 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 535g)= 12,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 535g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 535g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 88.5 /(porcja 535g)= 465,60 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 173,90 kcal** **Białko ogółem 78,70 g** **Tłuszcz 70,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g** **Węglowodny przyswajalne 296,50 g** **cukry suma 58,30 g** **Błonnik pokarmowy 42,10 g** **Sól 3,40 g** **Sód 858,80 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 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	CIĄŻA C02A- 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**		Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 794,10 kcal** **Białko ogółem 33,30 g** **Tłuszcz 21,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g** **Węglowodny przyswajalne 110,60 g** **cukry suma 15,50 g** **Błonnik pokarmowy 11,40 g** **Sól 0,30 g** **Sód 67,80 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**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 548,00 kcal** **Białko ogółem 16,60 g** **Tłuszcz 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne 69,30 g** **cukry suma 12,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,50 g** **Sól 1,90 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 955,70 kcal** **Białko ogółem 84,00 g** **Tłuszcz 61,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g** **Węglowodny przyswajalne 253,30 g** **cukry suma 53,30 g** **Błonnik pokarmowy 24,60 g** **Sól 2,90 g** **Sód 1 008,60 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 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglo(Cukrzycowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Twarożek z pietruszką 220g (***MLE,***) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 485,50 kcal Białko ogółem 44,70 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 48,20 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,50 g Sód 19,80 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**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 250ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 849,10 kcal Białko ogółem 57,00 g Tłuszcz 17,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 119,40 g cukry suma 12,70 g Błonnik pokarmowy 18,80 g Sól 0,50 g Sód 157,50 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 521,40 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 49,30 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 80,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Mix sałat 30g **Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g Sód 0,30 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 109,10 kcal Białko ogółem 136,50 g Tłuszcz 59,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,60 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 44,00 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 6,40 g Sód 273,70 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	LAKTACJA 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**		Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 200g A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 794,10 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 110,60 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 11,40 g Sól 0,30 g Sód 67,80 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**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 548,00 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 69,30 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,90 g Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 955,70 kcal Białko ogółem 84,00 g Tłuszcz 61,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 253,30 g cukry suma 53,30 g Błonnik pokarmowy 24,60 g Sól 2,90 g Sód 1 008,60 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	LAKTACJAC03-D. z ogran.łatwo przysa.węgl(Cukrzyca	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Twarożek z pietruszką 220g (***MLE,***) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 485,50 kcal Białko ogółem 44,70 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 48,20 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,50 g Sód 19,80 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**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz drobiowy duszony w curry 250ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 849,10 kcal Białko ogółem 57,00 g Tłuszcz 17,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 119,40 g cukry suma 12,70 g Błonnik pokarmowy 18,80 g Sól 0,50 g Sód 157,50 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 521,40 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 49,30 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,00 g Sód 80,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Mix sałat 30g **Wartość energetyczna[kcal] 176,70 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g Sód 0,30 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 109,10 kcal Białko ogółem 136,50 g Tłuszcz 59,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,60 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 44,00 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 6,40 g Sód 273,70 mg**

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