Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	D01-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (*GLU Psz,*) Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Szynka z piersią indyka 40g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (*GLU Psz, MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.5 /(porcja 500g)= 557,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,30 g** **Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 500g)= 9,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 500g)= 60,10 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 500g)= 6,10 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 115.9 /(porcja 500g)= 579,30 mg**		Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kurczak pieczony 150g A Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (*JAJ, GOR,*) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.2 /(porcja 1050g)= 812,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 1050g)= 39,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 1050g)= 35,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 1050g)= 6,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 1050g)= 79,70 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1050g)= 26,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 9,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 21 /(porcja 1050g)= 209,80 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (*MLE,*) Sok pomidorowy 200 ml (*SEL,*) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /(porcja 551g)= 489,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 551g)= 23,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 551g)= 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 551g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 551g)= 65,50 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 551g)= 17,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 551g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 551g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 169.6 /(porcja 551g)= 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 983,70 kcal** **Białko ogółem 92,00 g** **Tłuszcz 74,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,70 g** **Węglowodny przyswajalne 227,50 g** **cukry suma 66,30 g** **Błonnik pokarmowy 24,10 g** **Sól 4,70 g** **Sód 1 787,20 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	D02-Łatwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (*GLU Psz,*) Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Szynka z piersią indyka 40g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (*GLU Psz, MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.5 /(porcja 500g)= 557,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,30 g** **Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 500g)= 9,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 500g)= 60,10 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 500g)= 6,10 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 115.9 /(porcja 500g)= 579,30 mg**		Krupnik 300 ml A (*GLU Psz, SEL,*) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.4 /(porcja 1170g)= 948,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1170g)= 49,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 1170g)= 35,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 1170g)= 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 1170g)= 96,10 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1170g)= 15,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1170g)= 19,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1170g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 19.8 /(porcja 1170g)= 220,50 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (*MLE,*) Sok pomidorowy 200 ml (*SEL,*) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /(porcja 551g)= 489,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 551g)= 23,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 551g)= 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 551g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 551g)= 65,50 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 551g)= 17,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 551g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 551g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 169.6 /(porcja 551g)= 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,20 kcal** **Białko ogółem 102,20 g** **Tłuszcz 75,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g** **Węglowodny przyswajalne 243,90 g** **cukry suma 55,40 g** **Błonnik pokarmowy 33,90 g** **Sól 3,60 g** **Sód 1 797,90 mg**

DIETETYK
mgr Anna Klasa
Akceptuje dn. 12.11.26r.

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 480,50 kcal** **Białko ogółem 20,70 g** **Tłuszcz 23,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g** **Węglowodny przyswajalne 45,40 g** **cukry suma 10,60 g** **Błonnik pokarmowy 4,80 g** **Sól 2,00 g** **Sód 443,40 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**	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Kurczak pieczony 150g A Ziemniaki 100g Sałatka z czerwonej kapusty 150g (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 733,90 kcal** **Białko ogółem 37,40 g** **Tłuszcz 34,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g** **Węglowodny przyswajalne 63,20 g** **cukry suma 25,20 g** **Błonnik pokarmowy 9,90 g** **Sól 1,80 g** **Sód 203,20 mg**	Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 146,70 kcal** **Białko ogółem 3,70 g** **Tłuszcz 1,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 28,50 g** **cukry suma 5,00 g** **Błonnik pokarmowy 1,40 g** **Sól 0,10 g** **Sód 7,80 mg**	Chleb żytnio- pszenny 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 386,90 kcal** **Białko ogółem 20,00 g** **Tłuszcz 13,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g** **Węglowodny przyswajalne 45,90 g** **cukry suma 16,30 g** **Błonnik pokarmowy 5,40 g** **Sól 0,60 g** **Sód 761,10 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 816,10 kcal** **Białko ogółem 82,30 g** **Tłuszcz 74,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,60 g** **Węglowodny przyswajalne 197,60 g** **cukry suma 71,30 g** **Błonnik pokarmowy 23,40 g** **Sól 4,50 g** **Sód 1 425,20 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Szynka z piersią indyka 60g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.5 /(porcja 460g)= 443,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 460g)= 19,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 460g)= 11,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 460g)= 3,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 460g)= 64,50 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 460g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 460g)= 3,50 g** **Sól (100g)= .6 /(porcja 460g)= 2,90 g** **Sód (100g)= 11 /(porcja 460g)= 50,00 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**	Krupnik 300 ml A (***GLU Psz, SEL,***) Kurczak pieczony 150g A Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.9 /(porcja 1050g)= 859,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1050g)= 48,30 g** **Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 1050g)= 28,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 1050g)= 6,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /(porcja 1050g)= 91,10 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1050g)= 13,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1050g)= 18,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1050g)= 0,60 g** **Sód (100g)= 20.5 /(porcja 1050g)= 205,00 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.9 /(porcja 551g)= 421,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 551g)= 23,60 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 551g)= 5,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 551g)= 2,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /(porcja 551g)= 69,40 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 551g)= 17,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 551g)= 6,20 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 551g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 87.9 /(porcja 551g)= 488,40 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 948,10 kcal** **Białko ogółem 100,50 g** **Tłuszcz 48,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g** **Węglowodny przyswajalne 265,20 g** **cukry suma 59,00 g** **Błonnik pokarmowy 29,30 g** **Sól 5,60 g** **Sód 807,00 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	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 naturalny 1szt-100g (*MLE,*) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /(porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16.7 /(porcja 600g)= 98,30 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] 2 060,10 kcal Białko ogółem 125,60 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 231,70 g cukry suma 24,50 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 0,80 g Sód 313,30 mg**

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-10 08:54:37

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	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 naturalny 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /(porcja 600g)= 488,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 600g)= 30,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 600g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 600g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 600g)= 4,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,30 g Sód (100g)= 16.7 /(porcja 600g)= 98,30 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**			**Wartość energetyczna[kcal] 2 115,40 kcal Białko ogółem 125,40 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 237,70 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 0,70 g Sód 290,20 mg**

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-10 08:54:37

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	D07- Bogatobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (*GLU Psz,*) Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Szynka z piersią indyka 40g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (*GLU Psz, MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.5 /(porcja 500g)= 557,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,30 g** **Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 500g)= 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 500g)= 9,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 500g)= 60,10 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 500g)= 6,10 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 115.9 /(porcja 500g)= 579,30 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**	Krupnik 300 ml A (*GLU Psz, SEL,*) Kurczak pieczony 150g A Sos potrawkowy 120g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 1170g)= 939,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1170g)= 49,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 1170g)= 34,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 1170g)= 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 1170g)= 96,10 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 1170g)= 15,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1170g)= 19,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1170g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 19.8 /(porcja 1170g)= 220,50 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (*MLE,*) Sok pomidorowy 200 ml (*SEL,*) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /(porcja 551g)= 489,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 551g)= 23,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 551g)= 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 551g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 551g)= 65,50 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 551g)= 17,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 551g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 551g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 169.6 /(porcja 551g)= 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 210,90 kcal** **Białko ogółem 105,50 g** **Tłuszcz 76,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,90 g** **Węglowodny przyswajalne 261,90 g** **cukry suma 60,40 g** **Błonnik pokarmowy 33,90 g** **Sól 3,70 g** **Sód 1 805,70 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (*GLU Psz,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Szynka z piersią indyka 40g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 /(porcja 470g)= 402,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 470g)= 17,00 g** **Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 470g)= 19,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 470g)= 7,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 470g)= 37,00 g** **cukry suma (100g)= .5 /(porcja 470g)= 2,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 470g)= 4,70 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 470g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 85.8 /(porcja 470g)= 408,70 mg**	jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) Mandarynka 100g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23.1 /(porcja 450g)= 105,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,80 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.8 /(porcja 450g)= 17,20 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 450g)= 6,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 14 /(porcja 450g)= 63,40 mg**	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (*JAJ, GOR,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.2 /(porcja 1050g)= 801,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1050g)= 39,50 g** **Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 1050g)= 36,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 1050g)= 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.5 /(porcja 1050g)= 74,70 g** **cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1050g)= 21,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 9,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 21.8 /(porcja 1050g)= 217,50 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (*MLE,*) Sok pomidorowy 200 ml (*SEL,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.4 /(porcja 551g)= 402,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 551g)= 21,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 551g)= 14,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 551g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 551g)= 44,80 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 551g)= 12,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 551g)= 10,00 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 551g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 89.4 /(porcja 551g)= 496,90 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło 10g (*MLE,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 210.1 /(porcja 120g)= 253,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 7.9 /(porcja 120g)= 9,50 g** **Tłuszcz (100g)= 9.9 /(porcja 120g)= 12,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 120g)= 6,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 20.2 /(porcja 120g)= 24,30 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 120g)= 1,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 120g)= 5,00 g** **Sól (100g)= 1.5 /(porcja 120g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 0 /(porcja 120g)= mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 1 965,10 kcal** **Białko ogółem 93,40 g** **Tłuszcz 83,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g** **Węglowodny przyswajalne 198,00 g** **cukry suma 44,20 g** **Błonnik pokarmowy 30,60 g** **Sól 7,30 g** **Sód 1 186,50 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Szynka tostowa z kurcząt 40g (***SOJ,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.3 /(porcja 505g)= 441,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.7 /(porcja 505g)= 13,30 g** **Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 505g)= 23,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 505g)= 8,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /(porcja 505g)= 38,70 g** **cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 505g)= 9,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,30 g** **Sol (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 14 /(porcja 505g)= 70,00 mg**		Ogórkowa bezgluetnowa 300ml A (***MLE, SEL,***) Kurczak pieczony 130g A Ziemniaki 300g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.8 /(porcja 1130g)= 986,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 1130g)= 40,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 1130g)= 29,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 1130g)= 6,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 1130g)= 132,90 g** **cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 1130g)= 36,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 1130g)= 13,60 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1130g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 18.9 /(porcja 1130g)= 209,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7 /(porcja 566g)= 420,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 566g)= 15,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 566g)= 18,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 566g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 /(porcja 566g)= 49,10 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 566g)= 18,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 566g)= 4,00 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 566g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 88.1 /(porcja 566g)= 489,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 972,60 kcal** **Białko ogółem 75,10 g** **Tłuszcz 73,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g** **Węglowodny przyswajalne 242,90 g** **cukry suma 76,10 g** **Błonnik pokarmowy 20,50 g** **Sól 5,10 g** **Sód 825,00 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	ML- Bezmleczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.2 /(porcja 500g)= 496,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 500g)= 19,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 500g)= 20,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 500g)= 6,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /(porcja 500g)= 56,60 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 500g)= 7,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 500g)= 6,00 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 107.2 /(porcja 500g)= 536,10 mg**		Krupnik 300ml bezmleczny (***GLU Psz, SEL,***) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g A bezgluetnowy, bezmleczny (***SEL,***) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.9 /(porcja 1270g)= 961,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1270g)= 49,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 1270g)= 29,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1270g)= 6,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /(porcja 1270g)= 114,00 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1270g)= 16,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 1270g)= 20,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1270g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 22.2 /(porcja 1270g)= 277,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 15.8 /(porcja 350g)= 54,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= .2 /(porcja 350g)= 0,50 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.5 /(porcja 350g)= 12,00 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,40 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (***GLU Psz, SOJ, GOR,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.2 /(porcja 675g)= 541,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2 /(porcja 675g)= 13,00 g** **Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 675g)= 23,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 675g)= 4,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 675g)= 69,30 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 675g)= 16,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 675g)= 8,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 675g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 127 /(porcja 675g)= 846,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 052,60 kcal** **Białko ogółem 82,60 g** **Tłuszcz 73,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g** **Węglowodny przyswajalne 251,90 g** **cukry suma 45,50 g** **Błonnik pokarmowy 36,30 g** **Sól 4,30 g** **Sód 1 667,80 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	We- Wegetariańska	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 2szt-100g (***JAJ,***) Miód porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 125.7 /(porcja 535g)= 661,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 535g)= 24,20 g** **Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 535g)= 26,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 535g)= 10,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.9 /(porcja 535g)= 78,20 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 535g)= 11,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 535g)= 6,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 535g)= 1,40 g** **Sód (100g)= 122 /(porcja 535g)= 642,30 mg**		Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Gulasz z soczewicy czerwonej z fasolką szparagową i marchewką 250g (***GLU Psz,***) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 63 /(porcja 1150g)= 699,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 1150g)= 18,00 g** **Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1150g)= 20,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1150g)= 2,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 1150g)= 102,20 g** **cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 1150g)= 31,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 1150g)= 16,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1150g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 7.8 /(porcja 1150g)= 87,00 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 27.4 /(porcja 450g)= 124,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 450g)= 5,70 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 450g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.9 /(porcja 450g)= 22,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 450g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 450g)= 1,60 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 450g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /(porcja 551g)= 489,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 551g)= 23,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 551g)= 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 551g)= 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 551g)= 65,50 g** **cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 551g)= 17,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 551g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 551g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 169.6 /(porcja 551g)= 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 975,20 kcal** **Białko ogółem 71,50 g** **Tłuszcz 63,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g** **Węglowodny przyswajalne 268,10 g** **cukry suma 71,60 g** **Błonnik pokarmowy 30,90 g** **Sól 3,80 g** **Sód 1 727,40 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	CIĄŻA G02A Dieta Łatwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 557,60 kcal** **Białko ogółem 23,30 g** **Tłuszcz 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g** **Węglowodny przyswajalne 60,10 g** **cukry suma 11,20 g** **Błonnik pokarmowy 6,10 g** **Sól 2,10 g** **Sód 579,30 mg**		Krupnik 300 ml A (***GLU Psz, SEL,***) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 948,50 kcal** **Białko ogółem 49,60 g** **Tłuszcz 35,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne 96,10 g** **cukry suma 15,30 g** **Błonnik pokarmowy 19,10 g** **Sól 0,70 g** **Sód 220,50 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal** **Białko ogółem 5,70 g** **Tłuszcz 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne 22,20 g** **cukry suma 11,80 g** **Błonnik pokarmowy 1,60 g** **Sól 0,10 g** **Sód 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 489,70 kcal** **Białko ogółem 23,60 g** **Tłuszcz 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne 65,50 g** **cukry suma 17,10 g** **Błonnik pokarmowy 7,10 g** **Sól 0,70 g** **Sód 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,20 kcal** **Białko ogółem 102,20 g** **Tłuszcz 75,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g** **Węglowodny przyswajalne 243,90 g** **cukry suma 55,40 g** **Błonnik pokarmowy 33,90 g** **Sól 3,60 g** **Sód 1 797,90 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglo(Cukrzycowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 460,60 kcal** **Białko ogółem 22,40 g** **Tłuszcz 23,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g** **Węglowodny przyswajalne 37,20 g** **cukry suma 2,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,70 g** **Sól 2,10 g** **Sód 469,20 mg**	jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 105,20 kcal** **Białko ogółem 5,80 g** **Tłuszcz 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne 17,20 g** **cukry suma 6,80 g** **Błonnik pokarmowy 1,60 g** **Sól 0,20 g** **Sód 63,40 mg**	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (***JAJ, GOR,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 882,20 kcal** **Białko ogółem 40,80 g** **Tłuszcz 42,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,90 g** **Węglowodny przyswajalne 79,60 g** **cukry suma 22,70 g** **Błonnik pokarmowy 10,40 g** **Sól 1,90 g** **Sód 233,00 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 490,20 kcal** **Białko ogółem 48,60 g** **Tłuszcz 8,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g** **Węglowodny przyswajalne 52,10 g** **cukry suma 19,80 g** **Błonnik pokarmowy 10,00 g** **Sól 1,90 g** **Sód 531,20 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] 178,90 kcal** **Białko ogółem 9,40 g** **Tłuszcz 3,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 24,30 g** **cukry suma 1,60 g** **Błonnik pokarmowy 5,00 g** **Sól 1,80 g** **Sód mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 117,10 kcal** **Białko ogółem 127,00 g** **Tłuszcz 79,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g** **Węglowodny przyswajalne 210,40 g** **cukry suma 53,10 g** **Błonnik pokarmowy 31,70 g** **Sól 7,90 g** **Sód 1 296,80 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 557,60 kcal** **Białko ogółem 23,30 g** **Tłuszcz 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g** **Węglowodny przyswajalne 60,10 g** **cukry suma 11,20 g** **Błonnik pokarmowy 6,10 g** **Sól 2,10 g** **Sód 579,30 mg**		Krupnik 300 ml A (***GLU Psz, SEL,***) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 948,50 kcal** **Białko ogółem 49,60 g** **Tłuszcz 35,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne 96,10 g** **cukry suma 15,30 g** **Błonnik pokarmowy 19,10 g** **Sól 0,70 g** **Sód 220,50 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] 124,40 kcal** **Białko ogółem 5,70 g** **Tłuszcz 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne 22,20 g** **cukry suma 11,80 g** **Błonnik pokarmowy 1,60 g** **Sól 0,10 g** **Sód 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 489,70 kcal** **Białko ogółem 23,60 g** **Tłuszcz 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g** **Węglowodny przyswajalne 65,50 g** **cukry suma 17,10 g** **Błonnik pokarmowy 7,10 g** **Sól 0,70 g** **Sód 942,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,20 kcal** **Białko ogółem 102,20 g** **Tłuszcz 75,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g** **Węglowodny przyswajalne 243,90 g** **cukry suma 55,40 g** **Błonnik pokarmowy 33,90 g** **Sól 3,60 g** **Sód 1 797,90 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 2026-11-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-17 wtorek	LAKTACJAC03-D. z ogran.łatwo przysa.węgl(Cukrzyca	Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (***JAJ,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 460,60 kcal** **Białko ogółem 22,40 g** **Tłuszcz 23,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g** **Węglowodny przyswajalne 37,20 g** **cukry suma 2,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,70 g** **Sól 2,10 g** **Sód 469,20 mg**	jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) Mandarynka 100g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 105,20 kcal** **Białko ogółem 5,80 g** **Tłuszcz 1,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne 17,20 g** **cukry suma 6,80 g** **Błonnik pokarmowy 1,60 g** **Sól 0,20 g** **Sód 63,40 mg**	Ogórkowa z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (***JAJ, GOR,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 801,80 kcal** **Białko ogółem 39,50 g** **Tłuszcz 36,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g** **Węglowodny przyswajalne 74,70 g** **cukry suma 21,20 g** **Błonnik pokarmowy 9,30 g** **Sól 1,80 g** **Sód 217,50 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml (***SEL,***) Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 490,20 kcal** **Białko ogółem 48,60 g** **Tłuszcz 8,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g** **Węglowodny przyswajalne 52,10 g** **cukry suma 19,80 g** **Błonnik pokarmowy 10,00 g** **Sól 1,90 g** **Sód 531,20 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] 178,90 kcal** **Białko ogółem 9,40 g** **Tłuszcz 3,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 24,30 g** **cukry suma 1,60 g** **Błonnik pokarmowy 5,00 g** **Sól 1,80 g** **Sód mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 036,70 kcal** **Białko ogółem 125,70 g** **Tłuszcz 73,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g** **Węglowodny przyswajalne 205,50 g** **cukry suma 51,60 g** **Błonnik pokarmowy 30,60 g** **Sól 7,80 g** **Sód 1 281,30 mg**

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