Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	D01-Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-55g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) rzodkiewka 50g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.1 /(porcja 460g)= 350,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 460g)= 16,30 g** **Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 460g)= 10,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /(porcja 460g)= 39,70 g** **cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 460g)= 8,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 0,90 g** **Sód (100g)= 2.7 /(porcja 460g)= 12,10 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulką 200g (*GLU Psz, MLE,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80 /(porcja 1100g)= 889,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1100g)= 38,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 1100g)= 25,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1100g)= 3,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /(porcja 1100g)= 114,70 g** **cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 1100g)= 29,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1100g)= 18,50 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,40 g** **Sód (100g)= 27.9 /(porcja 1100g)= 309,60 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.4 /(porcja 450g)= 165,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,70 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 450g)= 20,20 g** **cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 450g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 450g)= 3,20 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) pasztet drobiowy 1szt-50g (*GLU Psz, SOJ,*) Ser żółty 40g (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.7 /(porcja 540g)= 582,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 540g)= 23,80 g** **Tłuszcz (100g)= 5.2 /(porcja 540g)= 27,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 540g)= 14,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /(porcja 540g)= 59,40 g** **cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 540g)= 9,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 540g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 89.2 /(porcja 540g)= 469,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 988,10 kcal** **Białko ogółem 88,40 g** **Tłuszcz 67,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,70 g** **Węglowodny przyswajalne 234,00 g** **cukry suma 64,00 g** **Błonnik pokarmowy 31,50 g** **Sól 5,20 g** **Sód 846,80 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	D02-Łatwostrawna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.6 /(porcja 455g)= 393,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 455g)= 15,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 455g)= 15,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 455g)= 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 455g)= 40,90 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 455g)= 7,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 455g)= 2,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 455g)= 0,50 g** **Sód (100g)= 31.8 /(porcja 455g)= 144,60 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) Kasza jęczmienna 200 g (*GLU Psz, MLE,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.1 /(porcja 1100g)= 878,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1100g)= 35,90 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 1100g)= 30,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1100g)= 5,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /(porcja 1100g)= 104,20 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 1100g)= 17,70 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 1100g)= 4,80 g** **Sód (100g)= 113.8 /(porcja 1100g)= 1 264,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.4 /(porcja 450g)= 165,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,70 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 450g)= 20,20 g** **cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 450g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 450g)= 3,20 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.1 /(porcja 570g)= 472,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 570g)= 23,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 570g)= 13,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 570g)= 8,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 570g)= 61,20 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 570g)= 14,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 570g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,60 g** **Sód (100g)= 101 /(porcja 570g)= 561,00 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 910,20 kcal** **Białko ogółem 85,00 g** **Tłuszcz 64,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g** **Węglowodny przyswajalne 226,50 g** **cukry suma 66,10 g** **Błonnik pokarmowy 28,40 g** **Sól 6,20 g** **Sód 2 025,60 mg**

2 zgt. dn. 12.11.26r.

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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-55g masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) rzodkiewka 50g **Wartość energetyczna[kcal] 277,10 kcal** **Białko ogółem 13,60 g** **Tłuszcz 9,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne 26,80 g** **cukry suma 7,10 g** **Błonnik pokarmowy 1,50 g** **Sól 0,40 g** **Sód 12,10 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**	Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) Kasza jęczmienna gotowana 100g (*GLU Psz,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 100g got Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 715,90 kcal** **Białko ogółem 31,50 g** **Tłuszcz 26,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g** **Węglowodny przyswajalne 80,60 g** **cukry suma 22,70 g** **Błonnik pokarmowy 13,50 g** **Sól 1,50 g** **Sód 137,60 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 165,70 kcal** **Białko ogółem 9,70 g** **Tłuszcz 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 20,20 g** **cukry suma 16,30 g** **Błonnik pokarmowy 3,20 g** **Sól 0,30 g** **Sód 55,80 mg**	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) pasztet drobiowy 1szt-50g (*GLU Psz, SOJ,*) Ser żółty 40g (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 480,00 kcal** **Białko ogółem 20,20 g** **Tłuszcz 26,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g** **Węglowodny przyswajalne 39,80 g** **cukry suma 9,00 g** **Błonnik pokarmowy 3,70 g** **Sól 1,40 g** **Sód 288,10 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 734,40 kcal** **Białko ogółem 79,50 g** **Tłuszcz 70,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,10 g** **Węglowodny przyswajalne 177,40 g** **cukry suma 64,60 g** **Błonnik pokarmowy 24,90 g** **Sól 3,80 g** **Sód 501,40 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata z cukrem 250ml A Bułka kajzerka 1szt-55g Bułka pszenna 30g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.6 /(porcja 445g)= 320,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 445g)= 15,90 g** **Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 445g)= 7,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 445g)= 2,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 445g)= 42,00 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 445g)= 7,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 445g)= 1,70 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 445g)= 0,90 g** **Sód (100g)= 1.7 /(porcja 445g)= 7,80 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jabłko 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**	Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) Kasza jęczmienna 250g A (*GLU Psz,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.6 /(porcja 1150g)= 1 072,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 1150g)= 40,70 g** **Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 1150g)= 39,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1150g)= 4,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 1150g)= 126,10 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1150g)= 29,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1150g)= 21,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1150g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 8.9 /(porcja 1150g)= 98,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.4 /(porcja 450g)= 165,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,70 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 450g)= 20,20 g** **cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 450g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 450g)= 3,20 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	Bułka pszenna 100g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.9 /(porcja 570g)= 404,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 570g)= 23,50 g** **Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 570g)= 4,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 570g)= 2,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /(porcja 570g)= 65,10 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 570g)= 14,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 570g)= 4,60 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 19.3 /(porcja 570g)= 107,10 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 041,30 kcal** **Białko ogółem 90,20 g** **Tłuszcz 56,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,00 g** **Węglowodny przyswajalne 270,80 g** **cukry suma 83,90 g** **Błonnik pokarmowy 32,80 g** **Sól 4,90 g** **Sód 278,70 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	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**			**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**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	D07 - Bogatobiałkowa	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.6 /(porcja 455g)= 393,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 455g)= 15,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 455g)= 15,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 455g)= 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 455g)= 40,90 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 455g)= 7,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 455g)= 2,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 455g)= 0,50 g** **Sód (100g)= 31.8 /(porcja 455g)= 144,60 mg**	herbata z cukrem 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 38.3 /(porcja 251g)= 95,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,50 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4 /(porcja 251g)= 10,00 g** **cukry suma (100g)= 3.8 /(porcja 251g)= 9,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinow a 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.8 /(porcja 1100g)= 919,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1100g)= 38,30 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 1100g)= 115,10 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1100g)= 19,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 8.9 /(porcja 1100g)= 98,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.4 /(porcja 450g)= 165,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,70 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 450g)= 20,20 g** **cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 450g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 450g)= 3,20 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) pasta twarogowa naturalna 200g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.1 /(porcja 650g)= 540,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 650g)= 32,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 650g)= 16,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 650g)= 9,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 650g)= 64,00 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 650g)= 16,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 650g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 650g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 89.4 /(porcja 650g)= 596,20 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 115,00 kcal** **Białko ogółem 100,90 g** **Tłuszcz 67,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g** **Węglowodny przyswajalne 250,20 g** **cukry suma 78,60 g** **Błonnik pokarmowy 33,50 g** **Sól 3,60 g** **Sód 903,10 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (*GLU Psz,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /(porcja 440g)= 343,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 440g)= 17,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 440g)= 10,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 440g)= 6,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4 /(porcja 440g)= 36,50 g** **cukry suma (100g)= .7 /(porcja 440g)= 2,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 440g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 440g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 80.7 /(porcja 440g)= 350,90 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**	Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.8 /(porcja 1100g)= 886,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1100g)= 38,40 g** **Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 1100g)= 106,60 g** **cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1100g)= 23,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1100g)= 19,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 9.6 /(porcja 1100g)= 106,40 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) pasztet drobiowy 1szt-50g (*GLU Psz, SOJ,*) Pasta twarogowa naturalna 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.1 /(porcja 560g)= 444,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 560g)= 18,20 g** **Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 560g)= 19,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 560g)= 8,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /(porcja 560g)= 45,30 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 560g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 560g)= 8,40 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 560g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 14.6 /(porcja 560g)= 80,90 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 210.6 /(porcja 120g)= 253,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 7.9 /(porcja 120g)= 9,50 g** **Tłuszcz (100g)= 10 /(porcja 120g)= 12,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5.4 /(porcja 120g)= 6,60 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)= .8 /(porcja 120g)= 0,90 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 005,20 kcal** **Białko ogółem 88,10 g** **Tłuszcz 73,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g** **Węglowodny przyswajalne 217,70 g** **cukry suma 45,00 g** **Błonnik pokarmowy 41,70 g** **Sól 7,00 g** **Sód 554,50 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	GL- Bezglutenowa	herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Miód porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.8 /(porcja 560g)= 470,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.7 /(porcja 560g)= 15,00 g** **Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 560g)= 17,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 560g)= 8,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 560g)= 62,40 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 560g)= 14,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 560g)= 2,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 560g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 19 /(porcja 560g)= 105,50 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (***SEL,***) Ziemniaki 300g A Gulasz drobiowy z warzywami b/g 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.9 /(porcja 1200g)= 836,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 1200g)= 29,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1200g)= 17,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1200g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 /(porcja 1200g)= 133,20 g** **cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 1200g)= 33,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1200g)= 29,70 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1200g)= 2,70 g** **Sód (100g)= 40.7 /(porcja 1200g)= 508,60 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 bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Ser żółty 60g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 525g)= 484,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 525g)= 17,50 g** **Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 525g)= 28,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 525g)= 16,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 525g)= 41,20 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 525g)= 11,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 525g)= 2,40 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 525g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 525g)= 16,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 886,60 kcal** **Białko ogółem 66,40 g** **Tłuszcz 66,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,80 g** **Węglowodny przyswajalne 246,80 g** **cukry suma 68,40 g** **Błonnik pokarmowy 37,20 g** **Sól 6,60 g** **Sód 638,20 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	ML- Bezmleczna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86 /(porcja 455g)= 390,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 455g)= 15,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 455g)= 15,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 455g)= 5,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 455g)= 40,90 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 455g)= 7,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 455g)= 2,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 455g)= 0,50 g** **Sód (100g)= 31.6 /(porcja 455g)= 143,70 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml bezmleczny (***GLU Psz, SEL, GLU Żyt,***) Kasza jęczmienna 250g A (***GLU Psz,***) Gulasz drobiowy z warzywami b/g 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.8 /(porcja 1150g)= 898,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1150g)= 34,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 1150g)= 24,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1150g)= 2,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 1150g)= 122,80 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1150g)= 27,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1150g)= 23,70 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 1150g)= 2,80 g** **Sód (100g)= 42 /(porcja 1150g)= 466,20 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 10g Pasta roślinna 1szt-75g (***GLU Psz, SOJ, GOR,***) Miód porcjowany 2szt-50g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108.8 /(porcja 575g)= 639,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 575g)= 13,00 g** **Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 575g)= 17,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 575g)= 4,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.8 /(porcja 575g)= 104,80 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 575g)= 14,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 575g)= 7,70 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 575g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 80.2 /(porcja 575g)= 471,90 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 000,20 kcal** **Białko ogółem 64,00 g** **Tłuszcz 57,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g** **Węglowodny przyswajalne 283,60 g** **cukry suma 63,90 g** **Błonnik pokarmowy 35,50 g** **Sól 4,80 g** **Sód 1 092,80 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	We- Wegetariańska	Bułka kajzerka 1szt-55g Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 2szt-100g (*JAJ,*) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.9 /(porcja 525g)= 436,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 525g)= 16,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 525g)= 17,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 525g)= 8,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 525g)= 49,00 g** **cukry suma (100g)= 8.4 /(porcja 525g)= 44,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 525g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 525g)= 1,10 g** **Sód (100g)= 25.6 /(porcja 525g)= 134,80 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Gulasz z soczewicy czerwonej z fasolką szparagową i marchewką 250g (*GLU Psz,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.2 /(porcja 1150g)= 880,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 1150g)= 27,60 g** **Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1150g)= 20,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1150g)= 1,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1150g)= 131,80 g** **cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 1150g)= 31,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1150g)= 24,40 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1150g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 5.2 /(porcja 1150g)= 57,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt naturalny i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.4 /(porcja 450g)= 165,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,70 g** **Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 450g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 450g)= 20,20 g** **cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 450g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 450g)= 3,20 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 450g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 12.3 /(porcja 450g)= 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.6 /(porcja 510g)= 553,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 510g)= 25,50 g** **Tłuszcz (100g)= 4.9 /(porcja 510g)= 24,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /(porcja 510g)= 57,70 g** **cukry suma (100g)= 2 /(porcja 510g)= 9,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 510g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 510g)= 1,10 g** **Sód (100g)= 93.9 /(porcja 510g)= 469,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 035,40 kcal** **Białko ogółem 79,70 g** **Tłuszcz 67,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,40 g** **Węglowodny przyswajalne 258,70 g** **cukry suma 102,20 g** **Błonnik pokarmowy 40,20 g** **Sól 4,40 g** **Sód 717,80 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	CIĄŻA C02A- Dieta Łatwostrawna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 393,50 kcal** **Białko ogółem 15,90 g** **Tłuszcz 15,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne 40,90 g** **cukry suma 7,10 g** **Błonnik pokarmowy 2,00 g** **Sól 0,50 g** **Sód 144,60 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 919,40 kcal** **Białko ogółem 38,30 g** **Tłuszcz 28,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,80 g** **Węglowodny przyswajalne 115,10 g** **cukry suma 28,80 g** **Błonnik pokarmowy 19,80 g** **Sól 1,90 g** **Sód 98,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt naturalny i ziarno 1szt-200g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 165,70 kcal** **Białko ogółem 9,70 g** **Tłuszcz 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 20,20 g** **cukry suma 16,30 g** **Błonnik pokarmowy 3,20 g** **Sól 0,30 g** **Sód 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 472,70 kcal** **Białko ogółem 23,50 g** **Tłuszcz 13,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g** **Węglowodny przyswajalne 61,20 g** **cukry suma 14,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,50 g** **Sól 0,60 g** **Sód 561,00 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 951,30 kcal** **Białko ogółem 87,40 g** **Tłuszcz 62,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g** **Węglowodny przyswajalne 237,40 g** **cukry suma 66,30 g** **Błonnik pokarmowy 30,50 g** **Sól 3,30 g** **Sód 860,10 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglo(Cukrzycowa	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) rzodkiewka 50g **Wartość energetyczna[kcal] 401,40 kcal** **Białko ogółem 22,90 g** **Tłuszcz 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,10 g** **Węglowodny przyswajalne 36,70 g** **cukry suma 2,90 g** **Błonnik pokarmowy 5,50 g** **Sól 1,20 g** **Sód 411,30 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal** **Białko ogółem 4,50 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 5,00 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Żurek z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,***) kasza jęczmienna 200g (***GLU Psz,***) Gulasz drobiowy z warzywami 250g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 1 007,10 kcal** **Białko ogółem 59,40 g** **Tłuszcz 24,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g** **Węglowodny przyswajalne 122,20 g** **cukry suma 24,50 g** **Błonnik pokarmowy 24,80 g** **Sól 2,10 g** **Sód 166,00 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g pasztet drobiowy 1szt-50g (***GLU Psz, SOJ,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 587,60 kcal** **Białko ogółem 43,00 g** **Tłuszcz 20,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne 51,90 g** **cukry suma 18,90 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,40 g** **Sód 106,40 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) Rukola 10g Masło roślinne 10g **Wartość energetyczna[kcal] 250,90 kcal** **Białko ogółem 9,50 g** **Tłuszcz 11,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 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] 2 323,40 kcal** **Białko ogółem 139,30 g** **Tłuszcz 74,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g** **Węglowodny przyswajalne 240,10 g** **cukry suma 52,40 g** **Błonnik pokarmowy 46,70 g** **Sól 7,70 g** **Sód 699,10 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	LAKTACJA C02-Dieta latwostrawna	Bułka kajzerka 1szt-55g Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 393,50 kcal** **Białko ogółem 15,90 g** **Tłuszcz 15,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne 40,90 g** **cukry suma 7,10 g** **Błonnik pokarmowy 2,00 g** **Sól 0,50 g** **Sód 144,60 mg**		Żurek z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,***) kasza jęczmienna 200g (***GLU Psz,***) Gulasz drobiowy z warzywami 200g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 919,40 kcal** **Białko ogółem 38,30 g** **Tłuszcz 28,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,80 g** **Węglowodny przyswajalne 115,10 g** **cukry suma 28,80 g** **Błonnik pokarmowy 19,80 g** **Sól 1,90 g** **Sód 98,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt nasiona i ziarno 1szt-200g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 165,70 kcal** **Białko ogółem 9,70 g** **Tłuszcz 4,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 20,20 g** **cukry suma 16,30 g** **Błonnik pokarmowy 3,20 g** **Sól 0,30 g** **Sód 55,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 472,70 kcal** **Białko ogółem 23,50 g** **Tłuszcz 13,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g** **Węglowodny przyswajalne 61,20 g** **cukry suma 14,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,50 g** **Sól 0,60 g** **Sód 561,00 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 951,30 kcal** **Białko ogółem 87,40 g** **Tłuszcz 62,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g** **Węglowodny przyswajalne 237,40 g** **cukry suma 66,30 g** **Błonnik pokarmowy 30,50 g** **Sól 3,30 g** **Sód 860,10 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 2026-11-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-18 środa	LAKTACJA03-D. z ogran.łatwo przysa.węgl(Cukrzyca	Herbata bez cukru 250 ml Bułka Grahamka 1szt-70g (***GLU Psz,***) Masło roślinne 10g Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) rzodkiewka 50g **Wartość energetyczna[kcal] 401,40 kcal** **Białko ogółem 22,90 g** **Tłuszcz 14,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,10 g** **Węglowodny przyswajalne 36,70 g** **cukry suma 2,90 g** **Błonnik pokarmowy 5,50 g** **Sól 1,20 g** **Sód 411,30 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 76,40 kcal** **Białko ogółem 4,50 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 5,00 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Żurek z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,***) kasza jęczmienna 200g (***GLU Psz,***) Gulasz drobiowy z warzywami 250g (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 1 007,10 kcal** **Białko ogółem 59,40 g** **Tłuszcz 24,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g** **Węglowodny przyswajalne 122,20 g** **cukry suma 24,50 g** **Błonnik pokarmowy 24,80 g** **Sól 2,10 g** **Sód 166,00 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g pasztet drobiowy 1szt-50g (***GLU Psz, SOJ,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 587,60 kcal** **Białko ogółem 43,00 g** **Tłuszcz 20,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g** **Węglowodny przyswajalne 51,90 g** **cukry suma 18,90 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,40 g** **Sód 106,40 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) Rukola 10g Masło roślinne 10g **Wartość energetyczna[kcal] 250,90 kcal** **Białko ogółem 9,50 g** **Tłuszcz 11,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 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] 2 323,40 kcal** **Białko ogółem 139,30 g** **Tłuszcz 74,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g** **Węglowodny przyswajalne 240,10 g** **cukry suma 52,40 g** **Błonnik pokarmowy 46,70 g** **Sól 7,70 g** **Sód 699,10 mg**

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