

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota	D01-Porstawwa	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.7 /porcja 555g = 487,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 555g = 23,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 555g = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 555g = 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 555g = 55,60 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 555g = 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 555g = 7,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 555g = 1,50 g Sód (100g)= 62.5 /porcja 555g = 346,90 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.1 /porcja 1100g = 912,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 1100g = 35,90 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1100g = 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1100g = 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /porcja 1100g = 124,10 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1100g = 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 1100g = 19,60 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g = 1,40 g Sód (100g)= 4.4 /porcja 1100g = 49,10 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szl-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.3 /porcja 500g = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 /porcja 500g = 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 /porcja 500g = 25,30 g cukry suma (100g)= 4.2 /porcja 500g = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g = 0,20 g Sód (100g)= 11.8 /porcja 500g = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńka z piersią indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Jajko gotowane 1szl-50g (JAJ.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.1 /porcja 490g = 455,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 490g = 19,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 490g = 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 490g = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /porcja 490g = 57,20 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 490g = 7,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g = 4,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 490g = 1,40 g Sód (100g)= 105.4 /porcja 490g = 527,00 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 995,90 kcal Białko ogółem 84,90 g Tłuszcz 54,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,70 g Węglowodny przyswajalne 262,20 g cukry suma 65,70 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sól 4,50 g Sód 982,00 mg	

08.08.2026. dietet
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Małgorzata Kwiatkowska

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22: sobota	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115 / (porcja 480g) = 547,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 / (porcja 480g) = 27,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3 / (porcja 480g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 480g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 / (porcja 480g) = 61,40 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 480g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 480g) = 4,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 480g) = 1,30 g Sód (100g)= 119.3 / (porcja 480g) = 568,00 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew babę z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.8 / (porcja 1100g) = 775,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 1100g) = 35,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1100g) = 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 1100g) = 100,40 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 1100g) = 22,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 0,60 g Sód (100g)= 13.9 / (porcja 1100g) = 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szl-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.3 / (porcja 500g) = 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 500g) = 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 / (porcja 500g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 500g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 / (porcja 500g) = 25,30 g cukry suma (100g)= 4.2 / (porcja 500g) = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 500g) = 2,30 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,20 g Sód (100g)= 11.8 / (porcja 500g) = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńka z pierśią indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Jajko gotowane 1szl-50g (JAJ.) Pomidory sparzone 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 / (porcja 540g) = 468,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 / (porcja 540g) = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 540g) = 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 540g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 / (porcja 540g) = 59,20 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 540g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 540g) = 5,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 540g) = 1,40 g Sód (100g)= 100.8 / (porcja 540g) = 530,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 932,90 kcal Białko ogółem 89,20 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 62,40 g Błonnik pokarmowy 35,30 g Sól 3,50 g Sód 1 311,60 mg	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

2026-08-22 sobota	DZIECI P01B-Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Pieczony żytnio-pszenno-razowy 35g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Papryka świeża 80g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 464,70 kcal Białko ogółem 24,50 g Tłuszcz 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalny 43,40 g cukry suma 15,20 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 1,50 g Sód 253,30 mg	Jabłko 130g Wartość energetyczna[kcal] 47,50 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalny 9,60 g cukry suma 9,20 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g Sód 1,90 mg	Jarzyna z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza gryczana gotowana 100g Surowka wiejska 100g G (JA, GOR.) herbata ziołowa róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 631,30 kcal Białko ogółem 28,60 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalny 77,10 g cukry suma 16,90 g Błonnik pokarmowy 13,30 g Sól 0,80 g Sód 49,10 mg	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szk-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 119,60 kcal Białko ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalny 23,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g Sód 7,80 mg	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńska z pierśią indyka 40g (GLU Psz, SQ, SEL.) Jajko gotowane 1szk-50g (JA.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 352,60 kcal Białko ogółem 15,80 g Tłuszcz 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalny 37,60 g cukry suma 7,00 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 1,20 g Sód 345,80 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 615,70 kcal Białko ogółem 72,60 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalny 190,70 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 23,90 g Sól 3,60 g Sód 657,90 mg

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 15

Wydrukować: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

2026-08-22 sobota	D05-Lawostawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,8 / (porcja 480g)= 480,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 / (porcja 480g)= 27,30 g Tłuszcz (100g)= 2,4 / (porcja 480g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 480g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,7 / (porcja 480g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 480g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 / (porcja 480g)= 3,70 g Sól (100g)= 0,5 / (porcja 480g)= 2,50 g Sód (100g)= 24 / (porcja 480g)= 114,10 mg	Jogurt owocowy 1szk-100g (MLE.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,9 / (porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 / (porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= 0,5 / (porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalny (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	Jarzyna z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata ziołowa róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,8 / (porcja 1100g)= 775,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 1100g)= 35,70 g Tłuszcz (100g)= 1,8 / (porcja 1100g)= 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 1100g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 9 / (porcja 1100g)= 100,40 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g)= 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 / (porcja 1100g)= 22,90 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 1100g)= 0,60 g Sód (100g)= 13,9 / (porcja 1100g)= 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szk-100g (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 29,4 / (porcja 500g)= 147,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 500g)= 5,60 g Tłuszcz (100g)= 0,4 / (porcja 500g)= 1,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 500g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 5,5 / (porcja 500g)= 27,60 g cukry suma (100g)= 4,8 / (porcja 500g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,3 / (porcja 500g)= 1,70 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 11,5 / (porcja 500g)= 57,30 mg	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Szyńska z pierśią indyka 60g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,5 / (porcja 510g)= 357,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 510g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 0,6 / (porcja 510g)= 3,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 510g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 12,8 / (porcja 510g)= 63,80 g cukry suma (100g)= 2,1 / (porcja 510g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 / (porcja 510g)= 4,60 g Sól (100g)= 0,6 / (porcja 510g)= 2,80 g Sód (100g)= 3,1 / (porcja 510g)= 15,40 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 859,40 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 37,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,80 g Węglowodny przyswajalny 275,10 g cukry suma 70,60 g Błonnik pokarmowy 32,90 g Sól 6,10 g Sód 348,50 mg

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 15

Wydrukować: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota D11-Pąjkowata	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+ziem niaki 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 Węglodny 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 Węglodny 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 Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 5 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-08-22 sobota D12- Płynna zmieszana	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7.2 /(porcja 500g)= 35,90 mg	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+ziemiaki 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] 2 053,80 kcal Białko ogółem 116,80 g Tłuszcz 66,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,20 g Węglowodny przyswajalne 240,00 g cukry suma 22,40 g Błonnik pokarmowy 25,70 g Sól 0,70 g Sód 275,80 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 6 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota	D07-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Golonkowa delikatowa a z indyka 80g (<i>GLU Ppsz, SEL,</i> <i>GOR.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115 /porcja 480g) = 547,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 /porcja 480g) = 27,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /porcja 480g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 /porcja 480g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 /porcja 480g)= 61,40 g cukry suma (100g)= 2.5 /porcja 480g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 480g) = 4,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 480g)= 1,30 g Sod (100g)= 119.3 /porcja 480g) = 568,00 mg	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (<i>MLE.</i>) 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	Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz.</i>) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.8 /porcja 1100g)= 775,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 1100g) = 35,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 1100g) = 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1100g) = 100,40 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 1100g) = 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 1100g) = 22,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g) = 0,60 g Sód (100g)= 13.9 /porcja 1100g) = 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (<i>MLE.</i>) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.3 /porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 /porcja 500g) = 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 /porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4.2 /porcja 500g) = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g) = 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11.8 /porcja 500g) = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Szyńska z pierśią indyka 40g (<i>GLU Ppsz, SQJ, SEL.</i>) Jajko gotowane 1szt-50g (<i>JAJ.</i>) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 /porcja 540g) = 468,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /porcja 540g) = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 540g) = 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 540g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /porcja 540g)= 59,20 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 540g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 540g) = 5,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,40 g Sód (100g)= 100.8 /porcja 540g) = 530,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 032,60 kcal Białko ogółem 92,50 g Tłuszcz 58,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 264,30 g cukry suma 67,40 g Błonnik pokarmowy 35,30 g Sól 3,60 g Sód 1 319,40 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach f3

strona 7 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-08 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

2026-08-22 sobota	D03-Z ogólniczeniem kalno przyswajal (Cukryowe)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 80g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,2 / (porcja 550g) = 429,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 550g) = 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 550g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 550g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,5 / (porcja 550g) = 41,60 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 550g) = 8,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 550g) = 8,90 g Sól (100g)= 0,4 / (porcja 550g) = 2,10 g Sód (100g)= 14,9 / (porcja 550g) = 82,80 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24,4 / (porcja 500g) = 122,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 500g) = 6,30 g Tłuszcz (100g)= 0,3 / (porcja 500g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 500g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 4,1 / (porcja 500g) = 20,40 g cukry suma (100g)= 3,2 / (porcja 500g) = 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5 / (porcja 500g) = 2,30 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,20 g Sód (100g)= 13,3 / (porcja 500g) = 66,60 mg	Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,2 / (porcja 1100g) = 879,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 1100g) = 36,00 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 1100g) = 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 / (porcja 1100g) = 4,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,4 / (porcja 1100g) = 115,60 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 / (porcja 1100g) = 19,60 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 1100g) = 1,50 g Sód (100g)= 5,1 / (porcja 1100g) = 56,80 mg		Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńka z pierśią indyka 40g (GLU Psz, SQJ, SEL.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,6 / (porcja 490g) = 368,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 490g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 490g) = 15,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 490g) = 7,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,3 / (porcja 490g) = 36,60 g cukry suma (100g)= 0,6 / (porcja 490g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 490g) = 7,40 g Sól (100g)= 0,5 / (porcja 490g) = 2,30 g Sód (100g)= 16,3 / (porcja 490g) = 81,60 mg	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250,1 / (porcja 100g) = 250,10 kcal Białko ogółem (100g)= 15,2 / (porcja 100g) = 15,20 g Tłuszcz (100g)= 10,5 / (porcja 100g) = 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 7,4 / (porcja 100g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 23,1 / (porcja 100g) = 23,10 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 100g) = 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5 / (porcja 100g) = 5,00 g Sól (100g)= 1,3 / (porcja 100g) = 1,30 g Sód (100g)= 0 / (porcja 100g) = 0 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,90 kcal Białko ogółem 97,20 g Tłuszcz 64,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,00 g Węglowodny przyswajalny 237,30 g cukry suma 48,00 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 7,40 g Sód 287,80 mg

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach f3

strona 8 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Szyńka łosiowa z kurcząt 60g (SOJ,) twarożek 60g A (MLE,) Papyrka świeża 25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /porcja 565g)= 451,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 565g)= 18,10 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 565g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 565g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 565g)= 45,40 g cukry suma (100g)= 2,8 /porcja 565g)= 15,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 565g)= 2,90 g Sól (100g)= .3 /porcja 565g)= 1,60 g Sód (100g)= 13,5 /porcja 565g)= 75,10 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenu a Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL,) Kasza gryczana 200g A Surdówka wiejska 150g G (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,5 /porcja 1100g)= 927,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1100g)= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 1100g)= 29,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 1100g)= 109,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1100g)= 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1100g)= 19,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 1100g)= 1,90 g Sód (100g)= 22,6 /porcja 1100g)= 251,60 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE,) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28,3 /porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,3 /porcja 500g)= 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 500g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 /porcja 500g)= 25,30 g cukry suma (100g)= 4,2 /porcja 500g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11,8 /porcja 500g)= 59,00 mg	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) ogórek 50g Dżem porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,9 /porcja 540g)= 452,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 /porcja 540g)= 12,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 540g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 540g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 /porcja 540g)= 49,00 g cukry suma (100g)= 8,8 /porcja 540g)= 46,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 540g)= 4,20 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,70 g Sód (100g)= 25,7 /porcja 540g)= 135,30 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 972,80 kcal Białko ogółem 73,10 g Tłuszcz 71,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 228,90 g cukry suma 104,20 g Błonnik pokarmowy 28,90 g Sól 5,40 g Sód 521,00 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach/r3

strona 9 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne 10g Gołąbki z mięsa indyka z młodym ziemniakiem 50g (GLU Psz, SEL, GOR,) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103 /porcja 445g)= 468,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 445g)= 17,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 445g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 445g)= 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,5 /porcja 445g)= 66,00 g cukry suma (100g)= 9,7 /porcja 445g)= 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 445g)= 7,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 445g)= 1,10 g Sód (100g)= 101,4 /porcja 445g)= 460,80 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL,) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz,) Marchew babę z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,4 /porcja 1150g)= 993,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1150g)= 38,80 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 1150g)= 42,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1150g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 1150g)= 100,00 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1150g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1150g)= 24,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 1150g)= 1,00 g Sód (100g)= 32,1 /porcja 1150g)= 356,40 mg	Herbata z cukrem 250ml A Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 17,9 /porcja 400g)= 71,40 kcal Białko ogółem (100g)= .3 /porcja 400g)= 1,00 g Tłuszcz (100g)= .1 /porcja 400g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 400g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,8 /porcja 400g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /porcja 400g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 400g)= 2,10 g Sól (100g)= 0 /porcja 400g)= g Sód (100g)= 2,8 /porcja 400g)= 11,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Szyńka z pierś indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,9 /porcja 540g)= 446,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 540g)= 19,90 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 540g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 540g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /porcja 540g)= 59,10 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 540g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 540g)= 5,50 g Sól (100g)= .3 /porcja 540g)= 1,40 g Sód (100g)= 100,7 /porcja 540g)= 529,80 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 979,80 kcal Białko ogółem 77,40 g Tłuszcz 69,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,70 g Węglowodny przyswajalne 240,20 g cukry suma 85,90 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 3,50 g Sód 1 358,00 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach/r3

strona 10 z 15

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota We-Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i> .) Twarożek 120g A (<i>MLE</i> .) Dżem porcjowany 1 szt-25g Papryka świeża 80g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE</i> .) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.3 / (porcja 580g)= 584,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 / (porcja 580g) = 26,20 g Tłuszcz (100g)= 3.6 / (porcja 580g) = 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 / (porcja 580g) = 12,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 / (porcja 580g)= 68,60 g cukry suma (100g)= 9.3 / (porcja 580g) = 54,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 580g) = 9,90 g Sól (100g)= .2 / (porcja 580g)= 1,00 g Sód (100g)= 64.4 / (porcja 580g) = 378,60 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i> .) Gulasz warzywny 200g (<i>GLU Psz</i> .) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (<i>JAJ, GOR</i> .) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.1 / (porcja 1100g)= 834,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 22,60 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1100g) = 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 / (porcja 1100g)= 119,40 g cukry suma (100g)= 2.3 / (porcja 1100g) = 25,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 21,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 1,40 g Sód (100g)= 3.2 / (porcja 1100g) = 35,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (<i>MLE</i> .) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.3 / (porcja 500g)= 141,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 500g) = 6,20 g Tłuszcz (100g)= .3 / (porcja 500g) = 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 500g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 / (porcja 500g) = 25,30 g cukry suma (100g)= 4.2 / (porcja 500g) = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 500g) = 2,30 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 11.8 / (porcja 500g) = 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i> .) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i> .) Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JAJ</i> .) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.1 / (porcja 560g)= 495,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 / (porcja 560g) = 21,00 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 560g) = 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 560g) = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 / (porcja 560g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 560g) = 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 560g) = 5,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 560g)= 0,70 g Sód (100g)= 106.6 / (porcja 560g) = 592,00 mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 055,40 kcal Białko ogółem 76,00 g Tłuszcz 60,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 271,00 g cukry suma 111,40 g Błonnik pokarmowy 38,90 g Sól 3,30 g Sód 1 065,50 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 11 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota CIAŻA COGA- Dieta Laktostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR</i>) Twarożek 60g A (<i>MLE</i>) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] 547,60 kcal Białko ogółem 27,30 g Tłuszcz 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 61,40 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 1,30 g Sód 568,00 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz</i>) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 775,10 kcal Białko ogółem 35,70 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 100,40 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 0,60 g Sód 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (<i>MLE</i>) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Szyńka z pierśią indyka 40g (<i>GLUPsz, SOJ, SEL</i>) Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JAJ</i>) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 468,60 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 59,20 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 530,70 mg	Wartość energetyczna[kcal] 1 932,90 kcal Białko ogółem 89,20 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 248,30 g cukry suma 62,40 g Błonnik pokarmowy 35,30 g Sól 3,50 g Sód 1 311,60 mg	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 12 z 15

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2026-08-06 09:53:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota CIAZACI3-Ograniczenie biał, przys. węgl(Cukrzyca)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonka wędzona z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 500,30 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,40 g Węglowodny przyswajalne 43,70 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 2,00 g Sód 71,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiewsja 150g G (JA.J, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 879,50 kcal Białko ogółem 36,00 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 115,60 g cukry suma 18,40 g Błonnik pokarmowy 19,60 g Sól 1,50 g Sód 56,80 mg		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Szyńka z pierśią indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) ogórek 50g Skrzyn naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 522,20 kcal Białko ogółem 40,80 g Tłuszcz 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 42,90 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 2,60 g Sód 142,00 mg	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 40g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,30 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,30 kcal Białko ogółem 128,00 g Tłuszcz 72,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,80 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 56,60 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 7,60 g Sód 336,70 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota LAKTACJA C02-Dieta łatwostłania	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonka wędzona z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 547,80 kcal Białko ogółem 27,30 g Tłuszcz 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 61,40 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 1,30 g Sód 568,00 mg		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A herbata dzika z różą/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 775,10 kcal Białko ogółem 35,70 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 100,40 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 0,60 g Sód 153,90 mg	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 141,40 kcal Białko ogółem 6,20 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 59,00 mg	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńka z pierśią indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Jajko gotowane 1szt -50g (JA.J.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 468,60 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 59,20 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g Sód 530,70 mg		Wartość energetyczna[kcal] 1 932,90 kcal Białko ogółem 89,20 g Tłuszcz 57,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 246,30 g cukry suma 62,40 g Błonnik pokarmowy 35,30 g Sól 3,50 g Sód 1 311,60 mg

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-08-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2026-08-22 sobota	LAKTACJA: D. z ograniczonym przyswajaniem (Kukrzyca)	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne 10g Golonka z delikatną skórą z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 495,80 kcal Białko ogółem 29,30 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalny 43,60 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 2,10 g Sód 107,30 mg	jogurt naturalny 1szt-100g (MLE.) Pomarańcza 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 122,20 kcal Białko ogółem 6,30 g Tłuszcz 1,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalny 20,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,20 g Sód 66,60 mg	Jarzy nowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surowka wiejska 150g G (JA.J, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 879,50 kcal Białko ogółem 36,00 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalny 115,60 g cukry suma 18,40 g Błonnik pokarmowy 19,60 g Sól 1,50 g Sód 56,80 mg		Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyba z pierśnią indyka 40g (GLU Psz, SOJ, SEL.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) ogórek 50g Syr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 503,30 kcal Białko ogółem 40,70 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalny 42,90 g cukry suma 9,20 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 2,60 g Sód 142,00 mg	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 250,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalny 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,30 g Sód mg	Wartość energetyczna[kcal] 2 250,90 kcal Białko ogółem 127,50 g Tłuszcz 70,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalny 245,60 g cukry suma 56,50 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 7,70 g Sód 372,70 mg