Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	D01-Podstawowa	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120.7 /(porcja 515g)= 635,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.7 /(porcja 515g)= 29,80 g** **Tłuszcz (100g)= 5.9 /(porcja 515g)= 31,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 515g)= 19,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 515g)= 58,40 g** **cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 515g)= 14,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 515g)= 9,90 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 515g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 65.1 /(porcja 515g)= 342,80 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Kasza pęczak gotowana 200g A (*GLU Psz,*) Surówka wiejska 150g G (*JAJ, GOR,*) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85 /(porcja 1120g)= 944,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 1120g)= 33,50 g** **Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 4,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 1120g)= 144,10 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 1120g)= 26,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 29,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,20 g** **Sód (100g)= 23.2 /(porcja 1120g)= 257,50 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**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.8 /(porcja 485g)= 513,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 485g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 485g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 485g)= 65,70 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 485g)= 43,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 97 /(porcja 485g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 192,80 kcal** **Białko ogółem 84,00 g** **Tłuszcz 70,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,70 g** **Węglowodny przyswajalne 286,20 g** **cukry suma 90,70 g** **Błonnik pokarmowy 46,80 g** **Sól 4,90 g** **Sód 1 069,80 mg**

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-16 11:53:32

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	D02-Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka z piersią indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.4 /(porcja 510g)= 536,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 510g)= 21,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 510g)= 18,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 510g)= 9,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 /(porcja 510g)= 67,30 g** **cukry suma (100g)= 3 /(porcja 510g)= 15,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 510g)= 8,90 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 104.8 /(porcja 510g)= 524,00 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.9 /(porcja 1120g)= 798,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 38,10 g** **Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 17,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 1120g)= 110,00 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 18,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,40 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 23.8 /(porcja 1120g)= 263,90 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23.3 /(porcja 350g)= 80,40 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)= 3.8 /(porcja 350g)= 13,00 g** **cukry suma (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 4.5 /(porcja 350g)= 15,40 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.8 /(porcja 485g)= 513,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 485g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 485g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 485g)= 65,70 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 485g)= 43,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 97 /(porcja 485g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 928,90 kcal** **Białko ogółem 80,70 g** **Tłuszcz 56,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g** **Węglowodny przyswajalne 256,00 g** **cukry suma 77,10 g** **Błonnik pokarmowy 35,40 g** **Sól 3,90 g** **Sód 1 265,00 mg**

akcept. dn. 17.11.26r.

DIETETYK

mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-16 11:53:32

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	DZECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 558,10 kcal Białko ogółem 27,10 g Tłuszcz 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Węglowodny przyswajalne 43,70 g cukry suma 14,30 g Błonnik pokarmowy 8,60 g Sól 1,50 g Sód 206,90 mg**	Mandarynka 2szt-200g Herbata owocowa z cukrem 250ml **Wartość energetyczna[kcal] 108,10 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 23,90 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 2,90 g Sól g Sód 7,80 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kasza jęczmienna gotowana 100g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Surówka wiejska 100g G (*JAJ, GOR,*) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 685,10 kcal Białko ogółem 30,10 g Tłuszcz 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 87,80 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 14,60 g Sól 1,60 g Sód 296,40 mg**	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-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 przyswajalne 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,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 410,50 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 46,10 g cukry suma 43,10 g Błonnik pokarmowy 5,40 g Sól 0,90 g Sód 280,50 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 881,40 kcal Białko ogółem 75,40 g Tłuszcz 70,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,80 g Węglowodny przyswajalne 224,50 g cukry suma 98,30 g Błonnik pokarmowy 31,50 g Sól 4,10 g Sód 799,40 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Szynka z piersią indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.8 /(porcja 510g)= 468,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 510g)= 21,90 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 510g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 510g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 510g)= 71,20 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 510g)= 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 510g)= 8,00 g Sól (100g)= .6 /(porcja 510g)= 3,00 g Sód (100g)= 14 /(porcja 510g)= 70,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26.3 /(porcja 350g)= 90,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,30 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 350g)= 15,20 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 350g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /(porcja 350g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 16.2 /(porcja 350g)= 55,80 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.6 /(porcja 1000g)= 736,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 1000g)= 36,20 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1000g)= 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1000g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 1000g)= 102,40 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1000g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1000g)= 17,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1000g)= 0,30 g Sód (100g)= 5.9 /(porcja 1000g)= 58,70 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**	Bułka pszenna 100g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.8 /(porcja 460g)= 403,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 460g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 460g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 460g)= 59,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= .5 /(porcja 460g)= 2,20 g Sód (100g)= 1.7 /(porcja 460g)= 7,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 798,90 kcal Białko ogółem 84,20 g Tłuszcz 38,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 52,60 g Błonnik pokarmowy 29,40 g Sól 5,70 g Sód 200,20 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	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**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8.6 /(porcja 600g)= 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] 2 069,10 kcal Białko ogółem 123,60 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 234,50 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,70 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	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 owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8.6 /(porcja 600g)= 50,30 mg**	Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (*MLE, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g)= 41,00 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10.1 /(porcja 500g)= 50,30 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7.2 /(porcja 500g)= 35,90 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 062,80 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,60 g Sód 227,80 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	D07-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka z piersia indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.4 /(porcja 510g)= 536,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 510g)= 21,90 g** **Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 510g)= 18,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 510g)= 9,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 /(porcja 510g)= 67,30 g** **cukry suma (100g)= 3 /(porcja 510g)= 15,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 510g)= 8,90 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 104.8 /(porcja 510g)= 524,00 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.8 /(porcja 400g)= 115,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 400g)= 18,10 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2.4 /(porcja 400g)= 9,50 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 400g)= 9,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 1.9 /(porcja 400g)= 7,80 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.9 /(porcja 1120g)= 798,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 38,10 g** **Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 17,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 1120g)= 110,00 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 18,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,40 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 23.8 /(porcja 1120g)= 263,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) masło porcjowane 10g (*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**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.8 /(porcja 485g)= 513,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 485g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 485g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 485g)= 65,70 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 485g)= 43,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 97 /(porcja 485g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 063,40 kcal** **Białko ogółem 98,80 g** **Tłuszcz 56,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g** **Węglowodny przyswajalne 270,50 g** **cukry suma 91,60 g** **Błonnik pokarmowy 35,40 g** **Sól 4,10 g** **Sód 1 265,20 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.2 /(porcja 510g)= 465,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 510g)= 23,50 g** **Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 510g)= 24,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.4 /(porcja 510g)= 37,00 g** **cukry suma (100g)= 1 /(porcja 510g)= 5,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 4.8 /(porcja 510g)= 24,00 mg**	Skyr naturalny 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24 /(porcja 400g)= 95,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 400g)= 18,10 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 1.1 /(porcja 400g)= 4,50 g** **cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 400g)= 4,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.9 /(porcja 400g)= 15,40 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kasza pęczak gotowana 200g A (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Surówka wiejska 150g G (*JAJ, GOR,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.3 /(porcja 1120g)= 892,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 1120g)= 33,10 g** **Tłuszcz (100g)= 1.7 /(porcja 1120g)= 19,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 4,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1120g)= 132,00 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1120g)= 23,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 29,80 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,30 g** **Sód (100g)= 24.6 /(porcja 1120g)= 272,90 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 /(porcja 460g)= 384,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 460g)= 15,50 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 460g)= 18,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /(porcja 460g)= 35,00 g** **cukry suma (100g)= .6 /(porcja 460g)= 2,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 460g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 3.6 /(porcja 460g)= 16,30 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) ogórek 50g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 121.6 /(porcja 150g)= 181,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 6.3 /(porcja 150g)= 9,40 g** **Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 150g)= 3,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 150g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.6 /(porcja 150g)= 24,70 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 150g)= 2,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 3.3 /(porcja 150g)= 5,00 g** **Sól (100g)= 1.2 /(porcja 150g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 2.7 /(porcja 150g)= 4,00 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 019,80 kcal** **Białko ogółem 99,60 g** **Tłuszcz 65,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,00 g** **Węglowodny przyswajalne 233,20 g** **cukry suma 38,20 g** **Błonnik pokarmowy 50,40 g** **Sól 8,20 g** **Sód 332,60 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A **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**		Barszcz czerwony 300ml bez glunetowy (*SEL,*) Ziemniaki 300g A Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa i bezmleczna (*JAJ,*) Sos pomidorowo-koperkowy 120ml bezglutenowy Surówka wiejska 150g G (*JAJ, GOR,*) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.3 /(porcja 1220g)= 878,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1220g)= 38,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 1220g)= 15,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 1220g)= 122,10 g** **cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 1220g)= 29,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1220g)= 30,20 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 2,70 g** **Sód (100g)= 43.2 /(porcja 1220g)= 539,40 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**	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.7 /(porcja 500g)= 448,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,20 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 500g)= 20,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 500g)= 45,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 4,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 1.7 /(porcja 500g)= 8,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 911,00 kcal** **Białko ogółem 70,40 g** **Tłuszcz 65,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,90 g** **Węglowodny przyswajalne 230,10 g** **cukry suma 91,80 g** **Błonnik pokarmowy 36,70 g** **Sól 6,40 g** **Sód 572,20 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Szynka z piersią indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 /(porcja 510g)= 422,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,70 g** **Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 510g)= 11,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 510g)= 4,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 510g)= 59,90 g** **cukry suma (100g)= 2 /(porcja 510g)= 10,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 510g)= 5,50 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 510g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 93.7 /(porcja 510g)= 468,40 mg**		Barszcz czerwony 300ml bezmleczny A (*GLU Psz, SEL,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa i bezmleczna (*JAJ,*) Sos pomidorowo-koperkowy 120ml bezglutenowy Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.1 /(porcja 1120g)= 967,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 1120g)= 48,00 g** **Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 20,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1120g)= 131,90 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /(porcja 1120g)= 29,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 62.3 /(porcja 1120g)= 692,00 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Pomarańcza 150g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 13 /(porcja 400g)= 52,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= .3 /(porcja 400g)= 1,10 g** **Tłuszcz (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2.5 /(porcja 400g)= 10,20 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 400g)= 9,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 400g)= 2,10 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 4.7 /(porcja 400g)= 18,60 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.2 /(porcja 485g)= 510,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 485g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 485g)= 18,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 485g)= 5,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 485g)= 65,70 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 485g)= 43,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,10 g** **Sód (100g)= 96.8 /(porcja 485g)= 460,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 953,00 kcal** **Białko ogółem 83,20 g** **Tłuszcz 51,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,70 g** **Węglowodny przyswajalne 267,70 g** **cukry suma 80,20 g** **Błonnik pokarmowy 43,80 g** **Sól 4,90 g** **Sód 1 639,80 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 126 /(porcja 515g)= 663,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.7 /(porcja 515g)= 29,80 g** **Tłuszcz (100g)= 6.3 /(porcja 515g)= 32,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 515g)= 19,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.6 /(porcja 515g)= 34,80 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 515g)= 15,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 515g)= 9,90 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 515g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 65.1 /(porcja 515g)= 342,80 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kasza pęczak gotowana 200g A (*GLU Psz,*) Ryba gotowana w jarzynach - 150g (*RYB,*) Surówka wiejska 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.6 /(porcja 1050g)= 776,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 1050g)= 52,90 g** **Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 1050g)= 20,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1050g)= 2,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1050g)= 119,40 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1050g)= 12,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1050g)= 24,40 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1050g)= 0,50 g** **Sód (100g)= 14.1 /(porcja 1050g)= 140,50 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**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 2szt-100g (*JAJ,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.6 /(porcja 525g)= 560,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 525g)= 19,90 g** **Tłuszcz (100g)= 4.5 /(porcja 525g)= 23,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 525g)= 8,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,9 /(porcja 525g)= 25,60 g** **cukry suma (100g)= 8.3 /(porcja 525g)= 43,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 525g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 525g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 111 /(porcja 525g)= 584,30 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 099,90 kcal** **Białko ogółem 105,90 g** **Tłuszcz 78,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g** **Węglowodny przyswajalne 197,80 g** **cukry suma 76,50 g** **Błonnik pokarmowy 41,40 g** **Sól 3,10 g** **Sód 1 075,40 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	CIĄŻA C02A- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka z piersią indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 536,70 kcal** **Białko ogółem 21,90 g** **Tłuszcz 18,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g** **Węglowodny przyswajalne 67,30 g** **cukry suma 15,00 g** **Błonnik pokarmowy 8,90 g** **Sól 1,80 g** **Sód 524,00 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kasza jęczmienna 200 g (*GLU Psz, MLE,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 757,30 kcal** **Białko ogółem 35,70 g** **Tłuszcz 19,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g** **Węglowodny przyswajalne 99,00 g** **cukry suma 18,00 g** **Błonnik pokarmowy 17,40 g** **Sól 3,90 g** **Sód 1 429,40 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 150g 1szt (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 131,70 kcal** **Białko ogółem 4,40 g** **Tłuszcz 1,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g** **Węglowodny przyswajalne 21,50 g** **cukry suma 18,80 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,20 g** **Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 513,30 kcal** **Białko ogółem 17,40 g** **Tłuszcz 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne 65,70 g** **cukry suma 43,90 g** **Błonnik pokarmowy 7,10 g** **Sól 1,00 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 939,00 kcal** **Białko ogółem 79,40 g** **Tłuszcz 58,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,20 g** **Węglowodny przyswajalne 253,50 g** **cukry suma 95,70 g** **Błonnik pokarmowy 33,40 g** **Sól 6,90 g** **Sód 2 422,90 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglo(Cukrzycowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (*MLE,*) Szynka z piersią indyka 40g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 500,00 kcal** **Białko ogółem 28,10 g** **Tłuszcz 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,10 g** **Węglowodny przyswajalne 39,00 g** **cukry suma 5,40 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,90 g** **Sód 23,10 mg**	Skyr naturalny 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 95,90 kcal** **Białko ogółem 18,10 g** **Tłuszcz g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 4,50 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kasza pęczak gotowana 200g A (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-koperkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Surówka wiejska 150g G (*JAJ, GOR,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 995,20 kcal** **Białko ogółem 44,10 g** **Tłuszcz 13,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g** **Węglowodny przyswajalne 155,80 g** **cukry suma 23,70 g** **Błonnik pokarmowy 36,60 g** **Sól 2,80 g** **Sód 502,60 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 517,10 kcal** **Białko ogółem 25,30 g** **Tłuszcz 25,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g** **Węglowodny przyswajalne 40,20 g** **cukry suma 7,00 g** **Błonnik pokarmowy 10,20 g** **Sól 2,20 g** **Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) ogórek 50g **Wartość energetyczna[kcal] 181,40 kcal** **Białko ogółem 9,40 g** **Tłuszcz 3,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 24,70 g** **cukry suma 2,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,00 g** **Sól 1,80 g** **Sód 4,00 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 289,60 kcal** **Białko ogółem 125,00 g** **Tłuszcz 67,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g** **Węglowodny przyswajalne 264,20 g** **cukry suma 42,70 g** **Błonnik pokarmowy 60,20 g** **Sól 9,90 g** **Sód 621,80 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Szynka z piersią indyka 60g (*GLU Psz, SOJ, SEL,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 536,70 kcal** **Białko ogółem 21,90 g** **Tłuszcz 18,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g** **Węglowodny przyswajalne 67,30 g** **cukry suma 15,00 g** **Błonnik pokarmowy 8,90 g** **Sól 1,80 g** **Sód 524,00 mg**		Barszcz czerwony 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) kasza jęczmienna 200g (*GLU Psz,*) Pieczeń rzymska pieczona 100g (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowo-ziołowy 120 ml A (*GLU Psz,*) Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 798,50 kcal** **Białko ogółem 38,10 g** **Tłuszcz 17,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g** **Węglowodny przyswajalne 110,00 g** **cukry suma 18,20 g** **Błonnik pokarmowy 19,40 g** **Sól 1,00 g** **Sód 263,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 99,70 kcal** **Białko ogółem 3,30 g** **Tłuszcz 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 18,00 g** **cukry suma 5,00 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,10 g** **Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 513,30 kcal** **Białko ogółem 17,40 g** **Tłuszcz 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne 65,70 g** **cukry suma 43,90 g** **Błonnik pokarmowy 7,10 g** **Sól 1,00 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 948,20 kcal** **Białko ogółem 80,70 g** **Tłuszcz 56,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g** **Węglowodny przyswajalne 261,00 g** **cukry suma 82,10 g** **Błonnik pokarmowy 35,40 g** **Sól 3,90 g** **Sód 1 257,40 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 2026-11-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-22 niedziela	LAKTACJA/03-D. z ogran.łatwo przysa.węgl(Cukrzyca	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (***MLE,***) Szynka z piersią indyka 40g (***GLU Psz, SOJ, SEL,***) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 500,00 kcal** **Białko ogółem 28,10 g** **Tłuszcz 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,10 g** **Węglowodny przyswajalne 39,00 g** **cukry suma 5,40 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,90 g** **Sód 23,10 mg**	Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 95,90 kcal** **Białko ogółem 18,10 g** **Tłuszcz g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 4,50 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Barszcz czerwony 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Kasza pęczak gotowana 200g A (***GLU Psz,***) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Sos pomidorowo-koperkowy 120ml A (***GLU Psz, MLE,***) Surówka wiejska 150g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 939,10 kcal** **Białko ogółem 43,70 g** **Tłuszcz 18,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g** **Węglowodny przyswajalne 146,00 g** **cukry suma 14,80 g** **Błonnik pokarmowy 33,50 g** **Sól 1,60 g** **Sód 525,60 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 517,10 kcal** **Białko ogółem 25,30 g** **Tłuszcz 25,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g** **Węglowodny przyswajalne 40,20 g** **cukry suma 7,00 g** **Błonnik pokarmowy 10,20 g** **Sól 2,20 g** **Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) ogórek 50g **Wartość energetyczna[kcal] 181,40 kcal** **Białko ogółem 9,40 g** **Tłuszcz 3,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 24,70 g** **cukry suma 2,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,00 g** **Sól 1,80 g** **Sód 4,00 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 233,50 kcal** **Białko ogółem 124,60 g** **Tłuszcz 72,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g** **Węglowodny przyswajalne 254,40 g** **cukry suma 33,80 g** **Błonnik pokarmowy 57,10 g** **Sól 8,70 g** **Sód 644,80 mg**

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