Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D01-Podstawowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.4 /(porcja 525g)= 475,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 525g)= 28,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 525g)= 14,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 525g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.9 /(porcja 525g)= 31,20 g** **cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 525g)= 14,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 525g)= 6,40 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 525g)= 0,90 g** **Sód (100g)= 54.3 /(porcja 525g)= 285,90 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (*GLU Psz, JAJ,*) Sos pieczarkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.1 /(porcja 1120g)= 1 034,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 37,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 1120g)= 23,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.2 /(porcja 1120g)= 169,20 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1120g)= 27,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 1120g)= 26,00 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 10.2 /(porcja 1120g)= 112,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.5 /(porcja 535g)= 549,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 535g)= 16,70 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 535g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.8 /(porcja 535g)= 30,50 g** **cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 535g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 535g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 535g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 87.7 /(porcja 535g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 161,60 kcal** **Białko ogółem 86,70 g** **Tłuszcz 62,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,20 g** **Węglowodny przyswajalne 242,70 g** **cukry suma 64,60 g** **Błonnik pokarmowy 39,90 g** **Sól 4,80 g** **Sód 868,30 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D02-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.2 /(porcja 570g)= 517,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 570g)= 29,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 570g)= 14,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 570g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 570g)= 24,40 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 570g)= 16,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 570g)= 5,70 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,50 g** **Sód (100g)= 84.8 /(porcja 570g)= 471,30 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowy 120g A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.9 /(porcja 921g)= 953,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 921g)= 33,00 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 921g)= 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 921g)= 4,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.6 /(porcja 921g)= 142,20 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 921g)= 31,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 921g)= 14,60 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 921g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 8.9 /(porcja 921g)= 81,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.5 /(porcja 495g)= 547,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 495g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 495g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.1 /(porcja 495g)= 30,30 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 92.3 /(porcja 495g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,60 kcal** **Białko ogółem 83,60 g** **Tłuszcz 64,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g** **Węglowodny przyswajalne 208,70 g** **cukry suma 70,30 g** **Błonnik pokarmowy 27,80 g** **Sól 4,50 g** **Sód 1 022,00 mg**

akcept. die. 17.11.26r

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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 418,70 kcal** **Białko ogółem 26,20 g** **Tłuszcz 14,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,10 g** **Węglowodny przyswajalne 31,30 g** **cukry suma 16,60 g** **Błonnik pokarmowy 6,00 g** **Sól 0,80 g** **Sód 148,90 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jabłko 130g **Wartość energetyczna[kcal] 68,10 kcal** **Białko ogółem 0,50 g** **Tłuszcz 0,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 14,60 g** **cukry suma 14,20 g** **Błonnik pokarmowy 1,90 g** **Sól g** **Sód 9,70 mg**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (*GLU Psz, JAJ,*) Sos pieczarkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Ryż pełnoziarnisty 100g A Sałatka z buraczków 100g got Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 828,30 kcal** **Białko ogółem 33,20 g** **Tłuszcz 20,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g** **Węglowodny przyswajalne 123,80 g** **cukry suma 21,70 g** **Błonnik pokarmowy 20,50 g** **Sól 1,30 g** **Sód 148,70 mg**	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 121,60 kcal** **Białko ogółem 4,40 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 16,80 g** **cukry suma 16,00 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 7,80 mg**	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 447,10 kcal** **Białko ogółem 13,20 g** **Tłuszcz 20,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne 26,50 g** **cukry suma 11,40 g** **Błonnik pokarmowy 2,80 g** **Sól 1,90 g** **Sód 280,50 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 883,80 kcal** **Białko ogółem 77,50 g** **Tłuszcz 59,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g** **Węglowodny przyswajalne 213,00 g** **cukry suma 79,90 g** **Błonnik pokarmowy 34,20 g** **Sól 4,20 g** **Sód 595,60 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81 /(porcja 570g)= 450,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 570g)= 29,60 g** **Tłuszcz (100g)= 1.1 /(porcja 570g)= 6,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 570g)= 3,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /(porcja 570g)= 67,30 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 570g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 570g)= 4,80 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 570g)= 17,40 mg**	Jabłko gotowane 150g Herbata z cukrem 250ml A **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**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ryż biały 200g Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.1 /(porcja 801g)= 867,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.4 /(porcja 801g)= 45,00 g** **Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 801g)= 13,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 801g)= 1,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.2 /(porcja 801g)= 134,70 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 801g)= 28,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 801g)= 16,00 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 801g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 4.6 /(porcja 801g)= 38,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	Bułka pszenna 100g (*GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96 /(porcja 495g)= 480,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 495g)= 12,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 495g)= 1,80 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.6 /(porcja 495g)= 73,20 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 495g)= 12,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 495g)= 3,60 g** **Sól (100g)= .6 /(porcja 495g)= 3,10 g** **Sód (100g)= 1.6 /(porcja 495g)= 7,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 976,70 kcal** **Białko ogółem 96,00 g** **Tłuszcz 35,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g** **Węglowodny przyswajalne 304,40 g** **cukry suma 84,90 g** **Błonnik pokarmowy 28,90 g** **Sól 6,70 g** **Sód 81,00 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D11- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.1 /(porcja 500g)= 420,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 500g)= 25,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 500g)= 48,50 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)= 100.3 /(porcja 501g)= 501,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 /(porcja 501g)= 29,30 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 501g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 501g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 501g)= 9,20 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)= 1.1 /(porcja 500g)= 5,50 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)= 84.1 /(porcja 500g)= 420,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 500g)= 25,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 500g)= 48,50 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] 2 077,10 kcal Białko ogółem 123,10 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 227,10 g cukry suma 23,70 g Błonnik pokarmowy 25,70 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.1 /(porcja 500g)= 420,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 500g)= 25,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 500g)= 48,50 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)= 100.3 /(porcja 501g)= 501,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 /(porcja 501g)= 29,30 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 501g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 501g)= 55,30 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 501g)= 9,20 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)= 455 /(porcja 1g)= 4,60 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)= 84.1 /(porcja 500g)= 420,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 500g)= 25,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 500g)= 48,50 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)= 71.8 /(porcja 500g)= 358,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 500g)= 16,40 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 50,90 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] 2 070,80 kcal Białko ogółem 114,30 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,50 g Węglowodny przyswajalne 235,50 g cukry suma 21,60 g Błonnik pokarmowy 24,30 g Sól 0,70 g Sód 227,80 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D07-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 200g (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.3 /(porcja 650g)= 615,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 6.5 /(porcja 650g)= 43,20 g** **Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 650g)= 18,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 650g)= 11,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.2 /(porcja 650g)= 28,10 g** **cukry suma (100g)= 3 /(porcja 650g)= 19,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 650g)= 5,70 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 650g)= 0,60 g** **Sód (100g)= 70.7 /(porcja 650g)= 471,30 mg**	Herbata z cukrem 250ml A jogurt naturalny 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 22.8 /(porcja 350g)= 78,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,10 g** **Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 350g)= 2,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2.6 /(porcja 350g)= 9,00 g** **cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 350g)= 9,00 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**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowy 120g A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.9 /(porcja 921g)= 953,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 921g)= 33,00 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 921g)= 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 921g)= 4,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.6 /(porcja 921g)= 142,20 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 921g)= 31,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 921g)= 14,60 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 921g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 8.9 /(porcja 921g)= 81,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.5 /(porcja 495g)= 547,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 495g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 495g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.1 /(porcja 495g)= 30,30 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 92.3 /(porcja 495g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 296,90 kcal** **Białko ogółem 102,30 g** **Tłuszcz 69,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g** **Węglowodny przyswajalne 221,40 g** **cukry suma 83,00 g** **Błonnik pokarmowy 27,80 g** **Sól 4,70 g** **Sód 1 029,80 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	D03-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.4 /(porcja 520g)= 417,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 520g)= 27,00 g** **Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 520g)= 14,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 520g)= 9,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /(porcja 520g)= 40,50 g** **cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 520g)= 9,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,20 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 520g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 4.1 /(porcja 520g)= 21,70 mg**	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 33 /(porcja 251g)= 82,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2.7 /(porcja 251g)= 6,80 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 251g)= 6,00 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**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (*GLU Psz, JAJ,*) Sos pieczarkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.4 /(porcja 1120g)= 982,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 1120g)= 37,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 3,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 1120g)= 157,20 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1120g)= 24,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 1120g)= 26,00 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 11.5 /(porcja 1120g)= 128,20 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.9 /(porcja 535g)= 462,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 535g)= 14,70 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 535g)= 20,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 535g)= 48,80 g** **cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Sól (100g)= .6 /(porcja 535g)= 3,10 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 535g)= 16,30 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 209.1 /(porcja 120g)= 251,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 8.7 /(porcja 120g)= 10,50 g** **Tłuszcz (100g)= 9.7 /(porcja 120g)= 11,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /(porcja 120g)= 6,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.7 /(porcja 120g)= 23,70 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 120g)= 1,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 120g)= 5,00 g** **Sól (100g)= 1.4 /(porcja 120g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 0 /(porcja 120g)= mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 197,20 kcal** **Białko ogółem 93,70 g** **Tłuszcz 72,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,10 g** **Węglowodny przyswajalne 277,00 g** **cukry suma 48,90 g** **Błonnik pokarmowy 49,60 g** **Sól 8,40 g** **Sód 181,60 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.1 /(porcja 565g)= 456,10 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 565g)= 21,70 g** **Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 565g)= 19,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 565g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 565g)= 47,90 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 565g)= 18,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 565g)= 3,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 565g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 565g)= 13,00 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (*SEL,*) Pulpeciki mięsne z soczewicą 2szt-100g A bezglutenowe (*JAJ,*) Sos pieczarkowy 120 bezgluetnowy, bezmleczny Ryż pełnoziarnisty 220g A Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.3 /(porcja 1120g)= 1 180,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 37,20 g** **Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 1120g)= 23,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 3,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.1 /(porcja 1120g)= 211,90 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 1120g)= 26,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 29,50 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 11.3 /(porcja 1120g)= 125,10 mg**	herbata z cukrem 250 ml Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (*MLE,*) Jajko gotowane 2szt-100g (*JAJ,*) Miód porcjowany 1szt-25g Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93 /(porcja 540g)= 489,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 540g)= 12,40 g** **Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 540g)= 22,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 540g)= 8,50 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 540g)= 58,60 g** **cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 540g)= 9,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,50 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 25.3 /(porcja 540g)= 133,10 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 227,80 kcal** **Białko ogółem 75,70 g** **Tłuszcz 68,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g** **Węglowodny przyswajalne 330,20 g** **cukry suma 65,50 g** **Błonnik pokarmowy 37,10 g** **Sól 5,10 g** **Sód 279,00 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Jajko gotowane 2szt-100g (*JAJ,*) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.4 /(porcja 575g)= 531,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 575g)= 20,80 g** **Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 575g)= 18,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 575g)= 6,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.8 /(porcja 575g)= 28,30 g** **cukry suma (100g)= 7.9 /(porcja 575g)= 46,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 575g)= 8,30 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 575g)= 0,70 g** **Sód (100g)= 100.5 /(porcja 575g)= 591,10 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (*SEL,*) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g bez glutenowa A (*JAJ,*) Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (*SEL,*) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.4 /(porcja 971g)= 974,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 971g)= 33,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 971g)= 31,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 971g)= 3,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.3 /(porcja 971g)= 133,20 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 971g)= 29,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 971g)= 14,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 971g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 20.4 /(porcja 971g)= 203,50 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 Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109 /(porcja 495g)= 545,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 495g)= 16,60 g** **Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 495g)= 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 495g)= 5,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.1 /(porcja 495g)= 30,30 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 495g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 495g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 495g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 92.2 /(porcja 495g)= 460,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 122,50 kcal** **Białko ogółem 72,00 g** **Tłuszcz 70,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,30 g** **Węglowodny przyswajalne 206,90 g** **cukry suma 102,00 g** **Błonnik pokarmowy 29,00 g** **Sól 4,80 g** **Sód 1 266,40 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.4 /(porcja 525g)= 475,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 525g)= 28,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 525g)= 14,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 525g)= 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.9 /(porcja 525g)= 31,20 g** **cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 525g)= 14,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 525g)= 6,40 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 525g)= 0,90 g** **Sód (100g)= 54.3 /(porcja 525g)= 285,90 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Kotlet z soczewicy 100g (*GLU Psz, JAJ,*) Sos pieczarkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.9 /(porcja 1120g)= 1 032,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 1120g)= 33,20 g** **Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 17,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.5 /(porcja 1120g)= 182,80 g** **cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1120g)= 27,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 30,40 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,70 g** **Sód (100g)= 9.3 /(porcja 1120g)= 102,80 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 40.7 /(porcja 251g)= 101,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 251g)= 4,40 g** **Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 251g)= 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.7 /(porcja 251g)= 11,80 g** **cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 251g)= 11,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 251g)= 3,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 251g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 251g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Ogórek kiszony 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.5 /(porcja 535g)= 549,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 535g)= 16,70 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 535g)= 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 535g)= 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.8 /(porcja 535g)= 30,50 g** **cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 535g)= 12,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 535g)= 4,50 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 535g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 87.7 /(porcja 535g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 159,30 kcal** **Białko ogółem 82,40 g** **Tłuszcz 56,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,30 g** **Węglowodny przyswajalne 256,30 g** **cukry suma 65,00 g** **Błonnik pokarmowy 44,30 g** **Sól 4,80 g** **Sód 858,20 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	CIĄŻA C02A- Dieta Lekkostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 517,50 kcal** **Białko ogółem 29,60 g** **Tłuszcz 14,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne 24,40 g** **cukry suma 16,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,70 g** **Sól 0,50 g** **Sód 471,30 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowy 120g A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 953,80 kcal** **Białko ogółem 33,00 g** **Tłuszcz 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g** **Węglowodny przyswajalne 142,20 g** **cukry suma 31,00 g** **Błonnik pokarmowy 14,60 g** **Sól 1,80 g** **Sód 81,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 101,70 kcal** **Białko ogółem 4,40 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 11,80 g** **cukry suma 11,00 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 547,60 kcal** **Białko ogółem 16,60 g** **Tłuszcz 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne 30,30 g** **cukry suma 12,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,50 g** **Sól 2,00 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,60 kcal** **Białko ogółem 83,60 g** **Tłuszcz 64,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g** **Węglowodny przyswajalne 208,70 g** **cukry suma 70,30 g** **Błonnik pokarmowy 27,80 g** **Sól 4,50 g** **Sód 1 022,00 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys.węgli(Cukrzycowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Twarożek z pietruszką 200g (*MLE,*) Szynka tostowa z kurcząt 60g (*SOJ,*) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 590,90 kcal** **Białko ogółem 50,80 g** **Tłuszcz 18,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g** **Węglowodny przyswajalne 45,40 g** **cukry suma 13,40 g** **Błonnik pokarmowy 8,20 g** **Sól 1,80 g** **Sód 20,80 mg**	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 82,40 kcal** **Białko ogółem 4,40 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 6,80 g** **cukry suma 6,00 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (*GLU Psz, JAJ,*) Sos pieczarkowy 120ml A (*GLU Psz, MLE,*) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 982,50 kcal** **Białko ogółem 37,10 g** **Tłuszcz 22,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g** **Węglowodny przyswajalne 157,20 g** **cukry suma 24,30 g** **Błonnik pokarmowy 26,00 g** **Sól 1,80 g** **Sód 128,20 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Ogórek kiszony 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 521,20 kcal** **Białko ogółem 20,20 g** **Tłuszcz 24,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g** **Węglowodny przyswajalne 49,00 g** **cukry suma 7,50 g** **Błonnik pokarmowy 7,40 g** **Sól 3,20 g** **Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] 177,70 kcal** **Białko ogółem 10,40 g** **Tłuszcz 3,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g** **Węglowodny przyswajalne 23,70 g** **cukry suma 1,80 g** **Błonnik pokarmowy 5,00 g** **Sól 1,70 g** **Sód mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 354,70 kcal** **Białko ogółem 122,90 g** **Tłuszcz 72,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g** **Węglowodny przyswajalne 282,10 g** **cukry suma 53,00 g** **Błonnik pokarmowy 49,60 g** **Sól 8,70 g** **Sód 241,10 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 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Twarożek z pietruszką 120g (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 517,50 kcal** **Białko ogółem 29,60 g** **Tłuszcz 14,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g** **Węglowodny przyswajalne 24,40 g** **cukry suma 16,10 g** **Błonnik pokarmowy 5,70 g** **Sól 0,50 g** **Sód 471,30 mg**		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos pomidorowy 120g A (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 953,80 kcal** **Białko ogółem 33,00 g** **Tłuszcz 25,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g** **Węglowodny przyswajalne 142,20 g** **cukry suma 31,00 g** **Błonnik pokarmowy 14,60 g** **Sól 1,80 g** **Sód 81,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 101,70 kcal** **Białko ogółem 4,40 g** **Tłuszcz 3,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g** **Węglowodny przyswajalne 11,80 g** **cukry suma 11,00 g** **Błonnik pokarmowy 3,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (*GLU Psz, RYB,*) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 547,60 kcal** **Białko ogółem 16,60 g** **Tłuszcz 21,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g** **Węglowodny przyswajalne 30,30 g** **cukry suma 12,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,50 g** **Sól 2,00 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 120,60 kcal** **Białko ogółem 83,60 g** **Tłuszcz 64,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g** **Węglowodny przyswajalne 208,70 g** **cukry suma 70,30 g** **Błonnik pokarmowy 27,80 g** **Sól 4,50 g** **Sód 1 022,00 mg**

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-23 poniedziałek	LAKTACJA(03-D, z ograniaiwo przysa.węgl(Cukrzyca	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Twarożek z pietruszką 200g (***MLE,***) Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 590,90 kcal Białko ogółem 50,80 g Tłuszcz 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 45,40 g cukry suma 13,40 g Błonnik pokarmowy 8,20 g Sól 1,80 g Sód 20,80 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 101,70 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 11,80 g cukry suma 11,00 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g Sód 7,80 mg**	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (***GLU Psz, JAJ,***) Sos pieczarkowy 120ml A (***GLU Psz, MLE,***) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 982,50 kcal Białko ogółem 37,10 g Tłuszcz 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 157,20 g cukry suma 24,30 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 1,80 g Sód 128,20 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 135g (***GLU Psz, RYB,***) Ogórek kiszony 50g Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 521,20 kcal Białko ogółem 20,20 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 49,00 g cukry suma 7,50 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 3,20 g Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Rukola 10g **Wartość energetyczna[kcal] 177,70 kcal Białko ogółem 10,40 g Tłuszcz 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,70 g cukry suma 1,80 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,70 g Sód mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 374,00 kcal Białko ogółem 122,90 g Tłuszcz 72,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 287,10 g cukry suma 58,00 g Błonnik pokarmowy 49,60 g Sól 8,70 g Sód 233,50 mg**

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