

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-26 KUCHNIA SZPITALNA

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
2026-08-17 poniedziałek	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g (<u>SOJ, _</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jarzynowa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) PULPET DROBIOWY 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) SOS KOPERKOWY 100 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Ziemniaki gotowane 200 g MARCHEWKA GOTOWANA 200 g (<u>GLU, _</u>) Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g (<u>JAJ, MLE, _</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 10 g Połędwica drobiowa 20 g (<u>GLU, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 834,6 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 265,2 suma cukrów prostych [g] 42,5 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sód [mg] 3 615,2
2026-08-18 wtorek	Łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE, _</u>) Pieczywo pszenne 80 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Zacierkowa 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) WATROBKA DUSZONA Z JABŁKIEM 150 g (<u>GLU, _</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z buraków i jabłka 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 80 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z kurczaka 80 g (<u>SEL, _</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU, _</u>) Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 104,3 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 289,8 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sód [mg] 2 940,2
2026-08-19 środa	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (<u>SOJ, _</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna 150 g (<u>GLU, _</u>) Brokuł pieczony 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z tuńczyka z ryżem i wrzypami 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 10 g Połędwica drobiowa 20 g (<u>GLU, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 874,1 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 273,4 suma cukrów prostych [g] 36,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Sód [mg] 2 769
2026-08-20 czwartek	Łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g (<u>JAJ, MLE, _</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Kartoflanka 400 ml (<u>SEL, _</u>) UDZIEC Z KURCZAKA DUSZONY 150 g Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa pieczona 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Kielbasa krakowska 30 g (<u>GLU, może zawierać: MLE, SEL, GOR, _</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU, _</u>) Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 901,6 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 254,9 suma cukrów prostych [g] 37 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sód [mg] 2 589,1
2026-08-21 piątek	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Mielonka 40 g (<u>SOJ, _</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE, _</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	BARSZCZ BIAŁY 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR, SEZ, S02, _</u>) Ryba pieczona 140 g (<u>RYB, _</u>) Ziemniaki gotowane 200 g SOS GRECKI 200 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 15 g Twarożek 80 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU, _</u>) Margaryna MR 10 g Połędwica drobiowa 20 g (<u>GLU, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 896,4 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 272,1 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sód [mg] 3 201,7

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-26 KUCHNIA SZPITALNA

2026-08-22 sobota	Łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g (<u>SOJ</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Kaszotto z mięsem i warzywami 300 g (<u>GLU, SEL</u>) Brokuł pieczony 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g (<u>MLE</u>) Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 10 g Poledwica sopocka 20 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: S02</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 922,7 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sód [mg] 2 776,1
2026-08-23 niedziela	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE</u>) Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g (<u>MLE</u>) Poledwica drobiowa 20 g (<u>GLU, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	RYŻOWA 400 ml (<u>SEL</u>) PULPET WIEPRZOWY 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>) SOS POMIDOROWY 100 ml (<u>GLU, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g (<u>GLU, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU</u>) Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 907 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 276,6 suma cukrów prostych [g] 44,3 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sód [mg] 3 100,5
2026-08-24 poniedziałek	Łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE</u>) Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g (<u>SOJ</u>) Serek naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Krupnik 400 ml (<u>GLU, SEL</u>) SCHAB DUSZONY w sosie 120 g (<u>GLU</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa pieczona 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 90 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 10 g Poledwica sopocka 20 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: S02</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 908,7 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 273,6 suma cukrów prostych [g] 32,6 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sód [mg] 3 023,3
2026-08-25 wtorek	Łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU, MLE</u>) Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	ROSÓŁ Z MAKARONEM 400 ml (<u>GLU, SEL</u>) Pieczeń rzymska 120 g (<u>GLU, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g BURACZKI GOTOWANE 200 g (<u>GLU, MLE</u>) Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z kurczaka 80 g (<u>SEL</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU</u>) Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 132,5 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Sód [mg] 3 513,8
2026-08-26 środa	Łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa na mleku bez cukru 200 ml (<u>MLE</u>)	BARSZCZ CZERWONY 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350 g (<u>GLU, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 15 g Pasta z tuńczyka z kasza kuskus i warzywami 80 g (<u>GLU, RYB, SEL</u>) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g (<u>GLU</u>) Margaryna MR 10 g Poledwica sopocka 20 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: S02</u>) Herbata czarna bez cukru 200 ml	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 985,8 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sód [mg] 3 044,5

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy i pochodne,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,