Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-21 środa	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g		herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser zółty 90 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** pasta z jajek z koperkiem 50g 50 g, Zawiera: **JAJ** woda źródlana 200 g		drożdżowka 100 g	
	Obiad	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kotleciki z buraka i kaszy 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kotlet pożarski 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-21 środa	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2239.30 kcal; Białko ogółem: 117.73 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Sód: 3495.11 mg; Sól: 8.74 g; suma cukrów prostych: 55.33 g; Żelazo: 14.20 mg; Fosfor: 1981.42 mg; P	Energia: 2111.85 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 285.74 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g; Sód: 3230.53 mg; Sól: 8.08 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Żelazo: 10.91 mg; Fosfor: 1571.01 mg; P	Energia: 2115.50 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Sód: 3230.67 mg; Sól: 8.08 g; suma cukrów prostych: 56.16 g; Żelazo: 10.94 mg; Fosfor: 1571.67 mg; P	Energia: 2282.96 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 70.42 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Sód: 3565.48 mg; Sól: 8.92 g; suma cukrów prostych: 39.21 g; Żelazo: 13.56 mg; Fosfor: 1764.95 mg; P	Energia: 2406.62 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 76.34 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; Sód: 2796.97 mg; Sól: 7.00 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Żelazo: 15.65 mg; Fosfor: 2212.57 mg; P	Energia: 2499.82 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 69.22 g; Węglowodany ogółem: 383.12 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sód: 2513.89 mg; Sól: 6.29 g; suma cukrów prostych: 75.70 g; Żelazo: 13.08 mg; Fosfor: 1661.87 mg; Po	Energia: 2490.29 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 359.74 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; Sód: 3454.91 mg; Sól: 8.64 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Żelazo: 12.17 mg; Fosfor: 1674.00 mg; P
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 150 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 1 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 150 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-22 czwartek	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 g serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE**		gruszka 160 g	
	Obiad	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z ogórka kiszonego 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml		rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g sałatka z ogórka kiszonego 150 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g sałatka z ogórka kiszonego 150 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z ogórka kiszonego 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 g jajko 50 g, Zawiera: **JAJ**			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g galareta wołowo-drobiowa 220 ml, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g galareta wołowo-drobiowa 220 ml, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g galareta wołowo-drobiowa 220 ml, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g galareta wołowo-drobiowa 220 ml, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g tortilla wegetariańska 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g tortilla wegetariańska 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g galareta wołowo-drobiowa 220 ml, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-22 czwartek		Energia: 2296.82 kcal; Białko ogółem: 115.97 g; Tłuszcz: 61.16 g; Węglowodany ogółem: 334.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Sód: 3474.15 mg; Sól: 8.69 g; suma cukrów prostych: 57.30 g; Żelazo: 12.66 mg; Fosfor: 1751.49 mg; P	Energia: 2174.40 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 298.97 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sód: 2621.00 mg; Sól: 6.56 g; suma cukrów prostych: 60.96 g; Żelazo: 11.94 mg; Fosfor: 1771.50 mg; P	Energia: 2112.29 kcal; Białko ogółem: 118.66 g; Tłuszcz: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 299.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; Sód: 2812.06 mg; Sól: 7.04 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Żelazo: 11.37 mg; Fosfor: 1749.68 mg; P	Energia: 2213.07 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.55 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g; Sód: 3116.62 mg; Sól: 7.80 g; suma cukrów prostych: 46.27 g; Żelazo: 16.61 mg; Fosfor: 2105.31 mg; P	Energia: 2470.98 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 385.82 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.53 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g; Sód: 3174.18 mg; Sól: 7.94 g; suma cukrów prostych: 74.48 g; Żelazo: 11.30 mg; Fosfor: 1741.28 mg; P	Energia: 2491.91 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 402.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g; Sód: 3479.47 mg; Sól: 8.71 g; suma cukrów prostych: 96.80 g; Żelazo: 11.65 mg; Fosfor: 1744.57 mg; P	Energia: 2367.35 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 351.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; Sód: 3476.58 mg; Sól: 8.70 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Żelazo: 13.03 mg; Fosfor: 1769.73 mg; P
2026-10-23 piątek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g dżem 40 g szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g dżem 40 g szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomarancza 250 g		herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g dżem 40 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g dżem 40 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g dżem 40 g szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomarancza 250 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g		mandarynka 150 g	
	Obiad	zupa warszawska z fasola gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) ryba pieczona 80 g, Zawiera: **GLU, RYB**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z kiszonej kapusty 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryba po grecku pieczona 160 g, Zawiera: **GLU, RYB, SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryba po grecku pieczona 160 g, Zawiera: **GLU, RYB, SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryba po grecku pieczona 160 g, Zawiera: **GLU, RYB, SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g napój owocowy b/cukru 400 ml surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE**	zupa warszawska z fasola gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) ryba pieczona 80 g, Zawiera: **GLU, RYB**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z kiszonej kapusty 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa warszawska z fasola gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) ryba pieczona 80 g, Zawiera: **GLU, RYB**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 150 g surówka z kiszonej kapusty 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa warszawska z fasola gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) ryba pieczona 80 g, Zawiera: **GLU, RYB**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z kiszonej kapusty 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-23 piątek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab gotowany 55g 55 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2298.36 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 351.69 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sód: 2842.65 mg; Sól: 7.11 g; suma cukrów prostych: 74.68 g; Żelazo: 15.01 mg; Fosfor: 1633.28 mg; Po	Energia: 2121.73 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sód: 2676.27 mg; Sól: 6.70 g; suma cukrów prostych: 79.56 g; Żelazo: 12.89 mg; Fosfor: 1418.46 mg; Po	Energia: 2115.28 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 48.50 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 15.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sód: 2221.05 mg; Sól: 5.56 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Żelazo: 12.01 mg; Fosfor: 1447.90 mg; Po	Energia: 2058.44 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 313.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g; Sód: 3219.89 mg; Sól: 8.06 g; suma cukrów prostych: 53.26 g; Żelazo: 14.16 mg; Fosfor: 1498.83 mg; P	Energia: 2380.99 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.07 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sód: 2808.40 mg; Sól: 7.03 g; suma cukrów prostych: 74.99 g; Żelazo: 15.06 mg; Fosfor: 1777.78 mg; Po	Energia: 2298.77 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sód: 2809.34 mg; Sól: 7.03 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Żelazo: 14.49 mg; Fosfor: 1646.38 mg; Po	Energia: 2303.98 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 15.48 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g; Sód: 2835.88 mg; Sól: 7.10 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Żelazo: 15.35 mg; Fosfor: 1653.53 mg; Po

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-24 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g sałatka jarzynowa niskotłuszczowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR**	herbata b/c 500 ml chleb wieloziarnisty 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR**
	II Ś				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane)	budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane)
	Obiad	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa grysikowa gotowana 300 ml, Zawiera: **GLU, SEL** kluski leniwe ruskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g			

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-24 sobota	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g pomarancza 250 g		herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2002.00 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 52.59 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Sód: 3404.96 mg; Sól: 8.52 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Żelazo: 15.58 mg; Fosfor: 1818.11 mg; P	Energia: 2053.46 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 51.94 g; Węglowodany ogółem: 293.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Sód: 3369.53 mg; Sól: 8.43 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; Żelazo: 13.24 mg; Fosfor: 1585.22 mg; P	Energia: 2030.06 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 47.94 g; Węglowodany ogółem: 296.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sód: 3400.18 mg; Sól: 8.51 g; suma cukrów prostych: 61.70 g; Żelazo: 13.39 mg; Fosfor: 1607.22 mg; P	Energia: 2007.47 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 280.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; Sód: 3692.13 mg; Sól: 9.24 g; suma cukrów prostych: 40.01 g; Żelazo: 14.91 mg; Fosfor: 1902.21 mg; P	Energia: 2147.08 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 65.12 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sód: 2142.45 mg; Sól: 5.36 g; suma cukrów prostych: 60.01 g; Żelazo: 10.56 mg; Fosfor: 1763.63 mg; P	Energia: 2321.88 kcal; Białko ogółem: 117.91 g; Tłuszcz: 69.14 g; Węglowodany ogółem: 322.83 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Sód: 2233.05 mg; Sól: 5.59 g; suma cukrów prostych: 78.35 g; Żelazo: 10.82 mg; Fosfor: 1942.43 mg; P	Energia: 2109.32 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 56.01 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Sód: 3335.64 mg; Sól: 8.35 g; suma cukrów prostych: 83.94 g; Żelazo: 15.04 mg; Fosfor: 1925.51 mg; P
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-25 niedziela	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** woda źródlana 200 g		kisiel 250 ml, , (Danie gotowane)	
	Obiad	zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzowo drobiowy podstawowa 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzowo drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzowo drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g kapusta czerwona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** gzik 130 g, Zawiera: **MLE** ziemniaki pieczone 250 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzowo drobiowy podstawowa 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				kisiel b/cukru 250 ml, , (Danie gotowane) woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-25 niedziela		Energia: 2017.78 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 302.77 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; Sód: 2431.19 mg; Sól: 6.08 g; suma cukrów prostych: 55.68 g; Żelazo: 10.65 mg; Fosfor: 1427.27 mg; Po	Energia: 2106.14 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 301.50 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; Sód: 2898.62 mg; Sól: 7.25 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Żelazo: 11.47 mg; Fosfor: 1520.23 mg; P	Energia: 2217.74 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 62.11 g; Węglowodany ogółem: 306.58 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; Sód: 2899.78 mg; Sól: 7.26 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Żelazo: 10.83 mg; Fosfor: 1641.65 mg; P	Energia: 2172.27 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 302.04 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.69 g; Błonnik pokarmowy: 38.84 g; Sód: 3217.55 mg; Sól: 8.05 g; suma cukrów prostych: 50.72 g; Żelazo: 17.75 mg; Fosfor: 2066.91 mg; P	Energia: 2134.41 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 308.81 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; Sód: 2153.72 mg; Sól: 5.39 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Żelazo: 10.36 mg; Fosfor: 1744.78 mg; P	Energia: 2220.58 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 58.04 g; Węglowodany ogółem: 330.35 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; Sód: 2169.75 mg; Sól: 5.43 g; suma cukrów prostych: 78.32 g; Żelazo: 10.40 mg; Fosfor: 1748.78 mg; P	Energia: 2103.95 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sód: 2447.22 mg; Sól: 6.12 g; suma cukrów prostych: 71.42 g; Żelazo: 10.69 mg; Fosfor: 1431.27 mg; Po
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** bigos gotowany 350 g, , (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** ziemniaki gotowane 200 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** bigos gotowany wegetariański 300 g, , (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** bigos gotowany 350 g, , (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-26 poniedziałek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2309.19 kcal; Białko ogółem: 121.96 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g; Sód: 4002.00 mg; Sól: 10.01 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Żelazo: 15.87 mg; Fosfor: 1990.06 mg;	Energia: 2051.20 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 50.50 g; Węglowodany ogółem: 293.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; Sód: 2744.63 mg; Sól: 6.87 g; suma cukrów prostych: 65.27 g; Żelazo: 12.35 mg; Fosfor: 1575.34 mg; P	Energia: 2009.85 kcal; Białko ogółem: 119.45 g; Tłuszcz: 45.53 g; Węglowodany ogółem: 294.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Sód: 2736.88 mg; Sól: 6.85 g; suma cukrów prostych: 65.98 g; Żelazo: 12.38 mg; Fosfor: 1575.99 mg; P	Energia: 2378.71 kcal; Białko ogółem: 137.49 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 324.98 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.67 g; Błonnik pokarmowy: 43.00 g; Sód: 3674.76 mg; Sól: 9.19 g; suma cukrów prostych: 69.48 g; Żelazo: 18.77 mg; Fosfor: 2667.85 mg; P	Energia: 2361.21 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sód: 3835.33 mg; Sól: 9.59 g; suma cukrów prostych: 74.00 g; Żelazo: 17.18 mg; Fosfor: 2192.22 mg; P	Energia: 2363.19 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 64.73 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.16 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sód: 3606.63 mg; Sól: 9.02 g; suma cukrów prostych: 81.50 g; Żelazo: 14.40 mg; Fosfor: 1994.81 mg; P	Energia: 2311.18 kcal; Białko ogółem: 121.87 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 327.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sód: 3773.30 mg; Sól: 9.44 g; suma cukrów prostych: 75.66 g; Żelazo: 13.09 mg; Fosfor: 1792.64 mg; P
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g pasztet wegetariański pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 50 g bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g pasztet wegetariański pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** papryka 75 g

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-27 wtorek	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** woda źródlana 200 g		pomarancza 250 g	
	Obiad	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 205 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 205 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml	krupnik gotowany 300 ml naleśniki z serem białym i szpinakiem opiekane 2 szt, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	krupnik gotowany 300 ml, Zawiera: **GLU, SEL** naleśniki z serem białym i szpinakiem opiekane 2 szt, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 90 g margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomarancza 250 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-27 wtorek		Energia: 2237.78 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 297.98 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; Sód: 2700.50 mg; Sól: 6.76 g; suma cukrów prostych: 55.78 g; Żelazo: 11.65 mg; Fosfor: 1689.14 mg; P	Energia: 2237.41 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 67.22 g; Węglowodany ogółem: 292.24 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; Sód: 2819.01 mg; Sól: 7.06 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Żelazo: 11.81 mg; Fosfor: 1693.87 mg; P	Energia: 2268.71 kcal; Białko ogółem: 137.21 g; Tłuszcz: 62.84 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; Sód: 2828.94 mg; Sól: 7.08 g; suma cukrów prostych: 61.97 g; Żelazo: 13.56 mg; Fosfor: 1716.88 mg; P	Energia: 2386.46 kcal; Białko ogółem: 141.52 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.92 g; Błonnik pokarmowy: 38.86 g; Sód: 3322.83 mg; Sól: 8.32 g; suma cukrów prostych: 37.61 g; Żelazo: 15.69 mg; Fosfor: 1906.34 mg; P	Energia: 2402.87 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 86.04 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Sód: 5852.20 mg; Sól: 14.64 g; suma cukrów prostych: 60.30 g; Żelazo: 12.66 mg; Fosfor: 1748.04 mg;	Energia: 2419.95 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 308.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sód: 5778.32 mg; Sól: 14.45 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Żelazo: 13.00 mg; Fosfor: 1761.56 mg;	Energia: 2305.46 kcal; Białko ogółem: 126.75 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 314.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; Sód: 2704.82 mg; Sól: 6.77 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Żelazo: 12.23 mg; Fosfor: 1722.26 mg; P
2026-10-28 środa	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g kiełbasa szynkowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL**	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE**		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL**
	II Ś				maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		drożdżowka 100 g	
	Obiad	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** rozbratle wołowo-drobiowe duszone z jarzynami 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** udko z kurczaka gotowane 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zapiekanka z ziemniaków pieczona 250 g, Zawiera: **JAJ** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** koktajl z maślanki i owocow 250 ml, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** rozbratle wołowo-drobiowe duszone z jarzynami 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-28 środa	P				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 1 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 1 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g		
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2082.92 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 57.86 g; Węglowodany ogółem: 305.90 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; Sód: 2946.09 mg; Sól: 7.37 g; suma cukrów prostych: 60.70 g; Żelazo: 11.05 mg; Fosfor: 1651.46 mg; P	Energia: 1988.50 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 271.36 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sód: 3038.56 mg; Sól: 7.60 g; suma cukrów prostych: 44.50 g; Żelazo: 9.41 mg; Fosfor: 1657.60 mg; Po	Energia: 1997.88 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 52.44 g; Węglowodany ogółem: 284.52 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; Sód: 3091.11 mg; Sól: 7.73 g; suma cukrów prostych: 55.05 g; Żelazo: 9.74 mg; Fosfor: 1667.40 mg; Po	Energia: 2051.44 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 57.29 g; Węglowodany ogółem: 282.75 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Sód: 3187.20 mg; Sól: 7.97 g; suma cukrów prostych: 38.14 g; Żelazo: 11.23 mg; Fosfor: 1815.61 mg; P	Energia: 2044.56 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 54.17 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Sód: 2921.32 mg; Sól: 7.31 g; suma cukrów prostych: 82.46 g; Żelazo: 10.53 mg; Fosfor: 1838.71 mg; P	Energia: 2383.56 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 61.07 g; Węglowodany ogółem: 364.69 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; Sód: 3204.32 mg; Sól: 8.02 g; suma cukrów prostych: 96.06 g; Żelazo: 11.43 mg; Fosfor: 1911.71 mg; P	Energia: 2421.92 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 3229.09 mg; Sól: 8.08 g; suma cukrów prostych: 74.30 g; Żelazo: 11.95 mg; Fosfor: 1724.46 mg; P
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pasta z fileta drobiowego 50 g, Zawiera: **SEL** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pasta z fileta drobiowego 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pasta z fileta drobiowego 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pasta z fileta drobiowego 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta warzywna z gotowaną fasolą 100 g, Zawiera: **SEL** papryka 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pasta z fileta drobiowego 50 g, Zawiera: **SEL** papryka 75 g

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-29 czwartek	II Ś				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	kiwi 70 g
	Obiad	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** zrazy pieczone po węgiersku 160 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zrazy wieprzowo drobiowe dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zrazy wieprzowo drobiowe dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zrazy wieprzowo drobiowe dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** krokiety z kapusta kiszona i pieczarkami pieczone 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** krokiety z kapusta kiszona i pieczarkami pieczone 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** fasolka szparagowa z bułką i masłem 130 g, , (Danie gotowane) budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** zrazy pieczone po węgiersku 160 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** gruszka 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 90 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** gruszka 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) gruszka 160 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** gruszka 160 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**			kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-29 czwartek		Energia: 2146.62 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 59.09 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g; Sód: 2765.23 mg; Sól: 6.92 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Żelazo: 11.93 mg; Fosfor: 1707.73 mg; P	Energia: 2125.31 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g; Sód: 2605.32 mg; Sól: 6.52 g; suma cukrów prostych: 51.12 g; Żelazo: 11.35 mg; Fosfor: 1644.41 mg; P	Energia: 2038.44 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 295.68 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sód: 2621.59 mg; Sól: 6.56 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Żelazo: 12.24 mg; Fosfor: 1584.42 mg; P	Energia: 2104.70 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 294.41 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sód: 2748.87 mg; Sól: 6.88 g; suma cukrów prostych: 41.09 g; Żelazo: 12.94 mg; Fosfor: 1857.03 mg; P	Energia: 2357.79 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sód: 2444.63 mg; Sól: 6.12 g; suma cukrów prostych: 85.05 g; Żelazo: 15.44 mg; Fosfor: 1915.38 mg; P	Energia: 2411.67 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.38 g; Błonnik pokarmowy: 38.10 g; Sód: 2521.54 mg; Sól: 6.31 g; suma cukrów prostych: 90.34 g; Żelazo: 15.08 mg; Fosfor: 2075.43 mg; P	Energia: 2197.62 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; Sód: 2768.63 mg; Sól: 6.93 g; suma cukrów prostych: 70.22 g; Żelazo: 12.27 mg; Fosfor: 1734.93 mg; P
2026-10-30 piątek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml kasza jęczmienna na mleku 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	kasza jęczmienna na mleku 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml kasza jęczmienna na mleku 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml kasza jęczmienna na mleku 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g		herbata b/c 300 ml kasza jęczmienna na mleku 350 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 g		kisiel 250 ml, , (Danie gotowane)	
	Obiad	zupa gulaszowa z fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa gulaszowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa gulaszowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem diet niskotłuszczowa 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ** napój owocowy z jabłek 400 ml pomarancza 250 g	zupa gulaszowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany ze szpinakiem i serem żółtym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** napój z owoców b/cukru 400 ml pomarancza 250 g	zupa fasolowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml pomarancza 250 g	zupa fasolowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa gulaszowa z fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-21 do dnia 2026-10-30 KUCHNIA OGÓLNA

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-10-30 piątek	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g schab gotowany 90 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) sałatka z pomidorów 150g 150 g, Zawiera: **MLE**		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko gotowane 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2293.97 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sód: 1796.11 mg; Sól: 4.50 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Żelazo: 14.50 mg; Fosfor: 1548.04 mg; Po	Energia: 2230.57 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 59.67 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; Sód: 1902.80 mg; Sól: 4.76 g; suma cukrów prostych: 65.21 g; Żelazo: 12.73 mg; Fosfor: 1422.41 mg; Po	Energia: 2244.37 kcal; Białko ogółem: 118.70 g; Tłuszcz: 52.11 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; Sód: 1855.16 mg; Sól: 4.64 g; suma cukrów prostych: 65.21 g; Żelazo: 12.22 mg; Fosfor: 1536.16 mg; P	Energia: 2423.36 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 66.44 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; Sód: 3033.24 mg; Sól: 7.59 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Żelazo: 16.52 mg; Fosfor: 1897.05 mg; P	Energia: 2394.26 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 406.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.70 g; Sód: 1770.94 mg; Sól: 4.43 g; suma cukrów prostych: 73.50 g; Żelazo: 15.31 mg; Fosfor: 1612.93 mg; Po	Energia: 2480.43 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; Sód: 1786.97 mg; Sól: 4.47 g; suma cukrów prostych: 89.23 g; Żelazo: 15.35 mg; Fosfor: 1616.93 mg; Po	Energia: 2380.14 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 378.50 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; Sód: 1812.14 mg; Sól: 4.54 g; suma cukrów prostych: 85.86 g; Żelazo: 14.54 mg; Fosfor: 1552.04 mg; Po

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Szpital Kliniczny im. dr. Józefa Babińskiego SPZOZ w Krakowie
dr. Józefa Babińskiego 29, 30-393 , Kraków

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierajace gluten,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
OZ - Orzechy ziemne i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy ,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
DWU - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i pochodne,
MIĘ - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Energia - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Wapń - Wapń,
Fosfor - Fosfor,
Magnez - Magnez,
Żelazo - Żelazo,
Kw.tł.nasycone ogół. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,
WW - WW,