Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-11 piątek	Śniadanie	herbata 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 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 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 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 powidło do zupy 40 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g	herbata 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 powidło do zupy 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 120 g, Zawiera: **GLU, RYB** 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 200 g, Zawiera: **GLU, RYB, SEL** 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 200 g, Zawiera: **GLU, RYB, SEL** 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 120 g, Zawiera: **GLU, RYB** 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 120 g, Zawiera: **GLU, RYB** 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 120 g, Zawiera: **GLU, RYB** ziemniaki gotowane 200 g surówka z kiszonej kapusty 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-11 piątek	Kolacja	herbata 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 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 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 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 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 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: 2423.38 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 354.00 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; Sód: 3066.37 mg; Sól: 7.67 g; suma cukrów prostych: 73.97 g; Żelazo: 15.23 mg; Fosfor: 1701.76 mg; Po	Energia: 2142.83 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Sód: 2444.11 mg; Sól: 6.12 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Żelazo: 12.65 mg; Fosfor: 1421.83 mg; Po	Energia: 2156.48 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 53.14 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Sód: 2383.39 mg; Sól: 5.96 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Żelazo: 11.78 mg; Fosfor: 1462.75 mg; P	Energia: 2099.64 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 57.49 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; Sód: 3382.20 mg; Sól: 8.46 g; suma cukrów prostych: 50.93 g; Żelazo: 13.94 mg; Fosfor: 1513.68 mg; P	Energia: 2436.95 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 360.37 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g; Sód: 3024.79 mg; Sól: 7.57 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Żelazo: 15.16 mg; Fosfor: 1864.96 mg; P	Energia: 2452.20 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 80.61 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.62 g; Sód: 2922.35 mg; Sól: 7.31 g; suma cukrów prostych: 79.62 g; Żelazo: 15.47 mg; Fosfor: 1720.81 mg; Po	Energia: 2457.41 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 373.80 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 15.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; Sód: 3060.39 mg; Sól: 7.66 g; suma cukrów prostych: 84.72 g; Żelazo: 16.32 mg; Fosfor: 1728.01 mg; P
2026-09-12 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa 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 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 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 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 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** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	kawa zbożowa 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** pomidor 75 g	kawa zbożowa 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)

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-12 sobota	Obiad	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pieczeń wołowa pieczona podstawa 75 g, Zawiera: **GLU** 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** pieczeń wołowa pieczona dieta 75 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 150 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** pieczeń wołowa pieczona dieta 75 g, Zawiera: **GLU** 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** pieczeń wołowa pieczona dieta 75 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g kalafior na ciepło 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pierogi ruskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** surówka colesław kolorowa 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pieczeń wołowa pieczona podstawa 75 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 250 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			
	Kolacja	herbata 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** jabłko 150 g	herbata 500 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** jabłko 150 g	herbata 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** jabłko gotowane 160 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** jabłko gotowane 160 g	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 150 g	herbata 500 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** 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 posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2063.10 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 50.97 g; Węglowodany ogółem: 296.40 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sód: 3574.22 mg; Sól: 8.94 g; suma cukrów prostych: 70.99 g; Żelazo: 16.71 mg; Fosfor: 1949.62 mg; P	Energia: 2091.37 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 52.84 g; Węglowodany ogółem: 288.08 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.16 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g; Sód: 3399.36 mg; Sól: 8.50 g; suma cukrów prostych: 62.56 g; Żelazo: 14.12 mg; Fosfor: 1689.79 mg; P	Energia: 2180.07 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g; Sód: 3577.69 mg; Sól: 8.95 g; suma cukrów prostych: 70.34 g; Żelazo: 14.60 mg; Fosfor: 1742.98 mg; P	Energia: 2077.37 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 56.92 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; Sód: 3855.35 mg; Sól: 9.64 g; suma cukrów prostych: 37.74 g; Żelazo: 15.96 mg; Fosfor: 1998.08 mg; P	Energia: 2466.85 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 355.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 34.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Sód: 2306.85 mg; Sól: 5.77 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Żelazo: 11.22 mg; Fosfor: 1777.78 mg; P	Energia: 2509.20 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 75.17 g; Węglowodany ogółem: 365.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 34.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; Sód: 2229.60 mg; Sól: 5.58 g; suma cukrów prostych: 96.05 g; Żelazo: 10.68 mg; Fosfor: 1907.18 mg; P	Energia: 2194.67 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Sód: 3314.69 mg; Sól: 8.29 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Żelazo: 16.52 mg; Fosfor: 2115.57 mg; P

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB** 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 sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g konserwa rybna 1 szt 240 g, Zawiera: **RYB** ogórek świeży 75 g nutella 50 g, Zawiera: **MLE, ORZ**	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB** nutella 50 g, Zawiera: **MLE, ORZ** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** woda źródlana 200 g		kisiel 250 ml, , (Danie gotowane)	
	Obiad	zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzo-drobiowy gotowany podstawa 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g kapusta czerwona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany dieta 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos pomidorowy 100 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 gotowany dieta 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos pomidorowy 100 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 napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa ryżowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** pulpet wieprzo-drobiowy gotowany podstawa 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos pomidorowy 100 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g kapusta czerwona 130 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 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 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-13 niedziela	Kolacja	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g sałata 15 g jabłko 150 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa krakowska 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** sałata 15 g pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa krakowska 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** sałata 15 g pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa krakowska 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** sałata 15 g pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g pomidor 75 g		herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa krakowska 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** sałata 15 g pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**
	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 posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**			
		Energia: 2143.58 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 59.45 g; Węglowodany ogółem: 299.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Sód: 2718.99 mg; Sól: 6.80 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Żelazo: 13.24 mg; Fosfor: 1876.32 mg; P	Energia: 2227.24 kcal; Białko ogółem: 129.77 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 291.32 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sód: 3236.48 mg; Sól: 8.10 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Żelazo: 11.24 mg; Fosfor: 1594.58 mg; P	Energia: 2227.24 kcal; Białko ogółem: 129.77 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 291.32 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sód: 3236.43 mg; Sól: 8.10 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Żelazo: 11.24 mg; Fosfor: 1594.57 mg; P	Energia: 2282.63 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; Tłuszcz: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 283.38 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.04 g; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; Sód: 3923.58 mg; Sól: 9.81 g; suma cukrów prostych: 27.46 g; Żelazo: 18.67 mg; Fosfor: 2211.15 mg; P	Energia: 2119.44 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz: 61.26 g; Węglowodany ogółem: 278.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g; Sód: 2488.15 mg; Sól: 6.23 g; suma cukrów prostych: 46.06 g; Żelazo: 14.46 mg; Fosfor: 2374.81 mg; P	Energia: 1929.26 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 300.44 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sód: 1760.29 mg; Sól: 4.41 g; suma cukrów prostych: 64.90 g; Żelazo: 8.07 mg; Fosfor: 1493.28 mg; Pot	Energia: 2263.99 kcal; Białko ogółem: 125.16 g; Tłuszcz: 64.48 g; Węglowodany ogółem: 308.28 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sód: 3007.89 mg; Sól: 7.53 g; suma cukrów prostych: 66.86 g; Żelazo: 10.94 mg; Fosfor: 1600.41 mg; P
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** miod 25 g jabłko 150 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** miod 25 g jabłko 150 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** miod 25 g jabłko 1 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g miod 25 g jabłko 150 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g miod 25 g jabłko 150 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** miod 25 g jabłko 150 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-14 poniedziałek	II Ś				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** fasolka po bretońsku 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa szpinakowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** klops wieprzowo -drobiowy pieczony dieta 90 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos śmietanowy-ziołowy 100 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa szpinakowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** klops wieprzowo -drobiowy pieczony dieta 90 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos śmietanowy-ziołowy 100 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa szpinakowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** klops wieprzowo -drobiowy pieczony dieta 90 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos śmietanowy-ziołowy 100 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** fasolka po bretońsku wegetariańska gotowana 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** fasolka po bretońsku wegetariańska gotowana 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** fasolka po bretońsku 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 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** schab gotowany 30 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** 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**			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-14 poniedziałek		Energia: 2435.11 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 62.15 g; Węglowodany ogółem: 368.52 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g; Sód: 3275.01 mg; Sól: 8.19 g; suma cukrów prostych: 72.57 g; Żelazo: 16.18 mg; Fosfor: 1910.91 mg; P	Energia: 2345.26 kcal; Białko ogółem: 114.72 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; Sód: 2955.91 mg; Sól: 7.40 g; suma cukrów prostych: 68.73 g; Żelazo: 12.18 mg; Fosfor: 1672.45 mg; P	Energia: 2252.58 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 62.65 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; Sód: 2947.84 mg; Sól: 7.38 g; suma cukrów prostych: 58.37 g; Żelazo: 11.86 mg; Fosfor: 1666.46 mg; P	Energia: 2178.79 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 303.33 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sód: 3474.57 mg; Sól: 8.69 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Żelazo: 14.74 mg; Fosfor: 1860.61 mg; P	Energia: 2466.90 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 393.29 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.22 g; Błonnik pokarmowy: 46.81 g; Sód: 3122.68 mg; Sól: 7.81 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Żelazo: 17.17 mg; Fosfor: 1993.48 mg; P	Energia: 2435.67 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 55.43 g; Węglowodany ogółem: 390.69 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.12 g; Błonnik pokarmowy: 46.05 g; Sód: 2983.96 mg; Sól: 7.47 g; suma cukrów prostych: 80.97 g; Żelazo: 17.03 mg; Fosfor: 2132.00 mg; P	Energia: 2364.11 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 61.58 g; Węglowodany ogółem: 346.16 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; Sód: 3061.29 mg; Sól: 7.66 g; suma cukrów prostych: 63.66 g; Żelazo: 15.45 mg; Fosfor: 1967.93 mg; P
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa 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** papryka 75 g	kawa zbożowa 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** dżem 20 g pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** dżem 20 g 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** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasztet wegetariański pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** dżem 40g 40 g papryka 75 g		kawa zbożowa 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** dżem 20 g papryka 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g			jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**
	Obiad	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** zrazy pieczone po węgiersku 230 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** ziemniaki gotowane 200 g surówka colesław kolorowa 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zraz wieprzowo-drobiowy pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zraz wieprzowo-drobiowy pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** zraz wieprzowo-drobiowy pieczony 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ziemniaki gotowane 250 g surówka z marchwi i jabłek 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** pesto z pietruszki 90 g, Zawiera: **MLE** ziemniaki pieczone 200 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa cebulowa z grzankami gotowana 400 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** zrazy pieczone po węgiersku 230 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** ziemniaki gotowane 200 g surówka colesław kolorowa 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
2026-09-15 wtorek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 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 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 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 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 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 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** 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**		gruszka 160 g
		Energia: 2166.24 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 305.52 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sód: 2877.78 mg; Sól: 7.20 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Żelazo: 10.67 mg; Fosfor: 1555.62 mg; P	Energia: 2085.07 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; Sód: 2772.24 mg; Sól: 6.94 g; suma cukrów prostych: 75.26 g; Żelazo: 9.91 mg; Fosfor: 1499.19 mg; Po	Energia: 2187.37 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; Sód: 3237.38 mg; Sól: 8.10 g; suma cukrów prostych: 79.93 g; Żelazo: 9.86 mg; Fosfor: 1668.71 mg; Po	Energia: 2210.08 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 56.74 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g; Sód: 3388.27 mg; Sól: 8.48 g; suma cukrów prostych: 45.79 g; Żelazo: 12.59 mg; Fosfor: 1908.49 mg; P	Energia: 2517.86 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 101.26 g; Węglowodany ogółem: 302.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Sód: 2279.83 mg; Sól: 5.71 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Żelazo: 13.92 mg; Fosfor: 1831.80 mg;		Energia: 2140.01 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 60.52 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; Sód: 2562.82 mg; Sól: 6.41 g; suma cukrów prostych: 92.31 g; Żelazo: 10.19 mg; Fosfor: 1583.68 mg; P

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-16 środa	Śniadanie	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g		herbata b/c 300 ml bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g pomarancza 250 g		kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g
	II Ś				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		jabłko 1 g	
	Obiad	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka podstawa 205 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 205 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 300 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 205 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka dieta 205 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** jajka w sosie chrzanowym 150 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 250 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** gulasz z indyka podstawa 205 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-16 środa	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słono 100 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słono 100 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 1 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g		herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 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: 2234.00 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sód: 3035.05 mg; Sól: 7.59 g; suma cukrów prostych: 73.62 g; Żelazo: 13.42 mg; Fosfor: 1880.06 mg; P	Energia: 2231.55 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sód: 3004.84 mg; Sól: 7.52 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Żelazo: 12.05 mg; Fosfor: 1768.65 mg; P	Energia: 2215.95 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; Sód: 2994.54 mg; Sól: 7.49 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Żelazo: 11.69 mg; Fosfor: 1756.20 mg; P	Energia: 2185.83 kcal; Białko ogółem: 125.05 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Sód: 3275.59 mg; Sól: 8.19 g; suma cukrów prostych: 40.26 g; Żelazo: 14.22 mg; Fosfor: 2037.33 mg; P	Energia: 2317.70 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 67.46 g; Węglowodany ogółem: 324.67 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; Sód: 2839.32 mg; Sól: 7.11 g; suma cukrów prostych: 82.42 g; Żelazo: 14.20 mg; Fosfor: 2018.08 mg; P	Energia: 2318.07 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 67.46 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; Sód: 2839.33 mg; Sól: 7.11 g; suma cukrów prostych: 82.49 g; Żelazo: 14.20 mg; Fosfor: 2018.15 mg; P	Energia: 2167.22 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 300.33 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 3038.66 mg; Sól: 7.60 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; Żelazo: 13.20 mg; Fosfor: 1882.68 mg; P
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa 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 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 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 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 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 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 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-17 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	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pierś z kurczaka duszona podstawa 205 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z ogórka kiszonego 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pierś duszona dieta 205 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pierś duszona dieta 205 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pierś duszona dieta 205 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pierś z kurczaka duszona podstawa 205 g, Zawiera: **GLU, MLE** 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 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** 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 pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g tortilla wegetariańska 1 szt, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g tortilla wegetariańska 1 szt, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałata 15 g jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałata 15 g 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**		

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-17 czwartek		Energia: 2363.96 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 64.28 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; Sód: 3565.13 mg; Sól: 8.92 g; suma cukrów prostych: 67.54 g; Żelazo: 11.38 mg; Fosfor: 1838.00 mg; P	Energia: 2117.98 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; Sód: 2704.45 mg; Sól: 6.77 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Żelazo: 10.27 mg; Fosfor: 1767.09 mg; P	Energia: 2042.63 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 48.49 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; Sód: 2897.34 mg; Sól: 7.25 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Żelazo: 9.70 mg; Fosfor: 1749.06 mg; Po	Energia: 2132.75 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 303.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.21 g; Sód: 3200.77 mg; Sól: 8.01 g; suma cukrów prostych: 43.75 g; Żelazo: 14.64 mg; Fosfor: 2073.50 mg; P	Energia: 2418.99 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 381.46 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; Sód: 2420.43 mg; Sól: 6.06 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Żelazo: 10.24 mg; Fosfor: 1686.52 mg; Po	Energia: 2478.96 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 407.14 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; Sód: 2475.26 mg; Sól: 6.20 g; suma cukrów prostych: 96.58 g; Żelazo: 10.93 mg; Fosfor: 1714.55 mg; P	Energia: 2434.49 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 361.02 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; Sód: 3567.57 mg; Sól: 8.93 g; suma cukrów prostych: 79.58 g; Żelazo: 11.75 mg; Fosfor: 1856.24 mg; P
2026-09-18 piątek	Śniadanie	herbata 300 ml kasza jęczmienna na mleku 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** ogórek świeży 75 g	herbata 300 ml kasza jęczmienna na mleku 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna 20 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml kasza jęczmienna na mleku 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pieczarek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** ogórek świeży 75 g	herbata 300 ml kasza jęczmienna na mleku 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka z pieczarek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** ogórek świeży 75 g	herbata 300 ml kasza jęczmienna na mleku 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kielbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 g sałatka z pieczarek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE**		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	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 gotowany dieta niskotłuszczowa 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ** pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa gulaszowa gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany ze szpinakiem i serem żółtym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** makaron z jabłkami i cynamonem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml pomarancza 250 g	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

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
2026-09-18 piątek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g		herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna 20 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny pitny 330 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, 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: 2431.21 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 58.71 g; Węglowodany ogółem: 381.27 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.70 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; Sód: 2224.07 mg; Sól: 5.90 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Żelazo: 13.01 mg; Fosfor: 1444.23 mg; P	Energia: 2377.63 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.20 g; Sód: 2267.51 mg; Sól: 6.00 g; suma cukrów prostych: 88.19 g; Żelazo: 10.68 mg; Fosfor: 1244.23 mg; P	Energia: 2481.38 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 386.31 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Sód: 2274.13 mg; Sól: 6.02 g; suma cukrów prostych: 93.21 g; Żelazo: 11.16 mg; Fosfor: 1277.83 mg; P	Energia: 2555.06 kcal; Białko ogółem: 141.83 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sód: 3502.08 mg; Sól: 9.09 g; suma cukrów prostych: 40.41 g; Żelazo: 15.36 mg; Fosfor: 1829.88 mg; P	Energia: 2413.08 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 57.85 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Sód: 2132.43 mg; Sól: 5.67 g; suma cukrów prostych: 98.76 g; Żelazo: 9.98 mg; Fosfor: 1667.86 mg; Po	Energia: 2437.48 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 61.11 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g; Sód: 1829.12 mg; Sól: 4.91 g; suma cukrów prostych: 96.98 g; Żelazo: 9.99 mg; Fosfor: 1604.20 mg; Po	Energia: 2474.31 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 380.15 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; Sód: 2176.97 mg; Sól: 5.78 g; suma cukrów prostych: 97.92 g; Żelazo: 12.10 mg; Fosfor: 1530.53 mg; P

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-19 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa 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 wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa 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 wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml chleb wieloziarnisty 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser zółty 90 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g		kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g		serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** potrawka drobiowa duszona 230 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ryż gotowany 150 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** potrawka drobiowa duszona 230 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ryż gotowany 150 g jarzyna duszona 180 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** potrawka drobiowa duszona 230 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ryż gotowany 150 g fasolka szparagowa z masłem 150 g, , (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kasza jęczmiennna z mieszanką meksykańską 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** potrawka drobiowa duszona 230 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** ryż gotowany 150 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-19 sobota	Kolacja	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 100 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) jabłko 150 g		herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) 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 posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2108.81 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 301.75 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sód: 2988.82 mg; Sól: 7.48 g; suma cukrów prostych: 59.16 g; Żelazo: 13.70 mg; Fosfor: 1738.87 mg; P	Energia: 2165.23 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 59.26 g; Węglowodany ogółem: 305.88 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; Sód: 2954.29 mg; Sól: 7.39 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Żelazo: 11.43 mg; Fosfor: 1508.07 mg; P	Energia: 2273.01 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 311.12 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; Sód: 3055.15 mg; Sól: 7.64 g; suma cukrów prostych: 61.50 g; Żelazo: 10.51 mg; Fosfor: 1670.23 mg; P	Energia: 2129.29 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 284.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; Sód: 3331.04 mg; Sól: 8.33 g; suma cukrów prostych: 29.86 g; Żelazo: 14.54 mg; Fosfor: 1783.07 mg; P	Energia: 2393.68 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 32.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.95 g; Sód: 2499.83 mg; Sól: 6.26 g; suma cukrów prostych: 83.33 g; Żelazo: 14.73 mg; Fosfor: 2138.09 mg; Po	Energia: 2636.68 kcal; Białko ogółem: 118.66 g; Tłuszcz: 92.10 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 38.95 g; Sód: 2570.33 mg; Sól: 6.43 g; suma cukrów prostych: 86.33 g; Żelazo: 15.03 mg; Fosfor: 2348.09 mg; P	Energia: 2351.81 kcal; Białko ogółem: 127.20 g; Tłuszcz: 76.34 g; Węglowodany ogółem: 306.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sód: 3059.32 mg; Sól: 7.66 g; suma cukrów prostych: 62.16 g; Żelazo: 14.00 mg; Fosfor: 1948.87 mg; P
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g		herbata b/c 500 ml chleb wieloziarnisty 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa krakowska 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa 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 do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa 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 do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** ogórek świeży 75 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-20 niedziela	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** karczek pieczony 205 g, Zawiera: **GLU** 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** pieczeń wieprzowa pieczona dieta 205 g, Zawiera: **GLU** 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** pieczeń wieprzowa pieczona dieta 205 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kalafior w sosie beszamelowym 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (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** karczek pieczony 205 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g gruszka 160 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z rzodkiewką 100 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g jabłko 150 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g 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**			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-11 do dnia 2026-09-20 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
2026-09-20 niedziela		Energia: 2314.37 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 74.89 g; Węglowodany ogółem: 309.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; Sód: 3148.40 mg; Sól: 7.88 g; suma cukrów prostych: 66.99 g; Żelazo: 13.88 mg; Fosfor: 2035.23 mg; P	Energia: 2190.69 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 310.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.38 g; Błonnik pokarmowy: 22.80 g; Sód: 3335.71 mg; Sól: 8.35 g; suma cukrów prostych: 72.30 g; Żelazo: 10.60 mg; Fosfor: 1815.20 mg; P	Energia: 2174.39 kcal; Białko ogółem: 124.84 g; Tłuszcz: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.38 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; Sód: 3335.70 mg; Sól: 8.35 g; suma cukrów prostych: 68.02 g; Żelazo: 10.62 mg; Fosfor: 1815.85 mg; P	Energia: 2201.25 kcal; Białko ogółem: 131.76 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 295.15 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; Sód: 3821.50 mg; Sól: 9.56 g; suma cukrów prostych: 45.91 g; Żelazo: 15.24 mg; Fosfor: 2031.73 mg; P	Energia: 2381.32 kcal; Białko ogółem: 130.89 g; Tłuszcz: 67.98 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.60 g; Błonnik pokarmowy: 35.36 g; Sód: 3101.91 mg; Sól: 7.76 g; suma cukrów prostych: 81.77 g; Żelazo: 14.56 mg; Fosfor: 2308.16 mg; P	Energia: 2336.62 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; Sód: 2837.75 mg; Sól: 7.10 g; suma cukrów prostych: 88.07 g; Żelazo: 12.19 mg; Fosfor: 2075.90 mg; P	Energia: 2394.34 kcal; Białko ogółem: 125.69 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 322.31 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Sód: 3566.71 mg; Sól: 8.92 g; suma cukrów prostych: 80.24 g; Żelazo: 11.25 mg; Fosfor: 2038.37 mg; P

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,