Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z rzodkiewką 100 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg na słodko 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 160 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g		mandarynka 100 g	
	Obiad	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** filet drobiowy duszony podstawowa 80 g, , (Danie duszone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka colesław kolorowa 150 g napój z owoców 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** filet drobiowy duszony dieta 80 g, , (Danie duszone) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** filet drobiowy duszony dieta 80 g, , (Danie duszone) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** filet drobiowy duszony dieta 80 g, , (Danie duszone) sos koperkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kluski śląskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) surówka colesław kolorowa 150 g napój z owoców 400 ml jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**		zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** filet drobiowy duszony podstawowa 80 g, , (Danie duszone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka colesław kolorowa 150 g napój z owoców 400 ml
	P				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-11 niedziela	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa -dieta 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa -dieta 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa -diety niskotłuszczowe 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	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** sałatka jarzynowa -dieta 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa -dieta 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**		
	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 posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2211.16 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; Sód: 2307.13 mg; Sól: 5.77 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Żelazo: 9.58 mg; Fosfor: 1831.13 mg; Po	Energia: 2105.26 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 48.56 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; Sód: 2687.22 mg; Sól: 6.72 g; suma cukrów prostych: 63.27 g; Żelazo: 9.25 mg; Fosfor: 1696.37 mg; Po	Energia: 2075.26 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 321.18 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Sód: 3145.52 mg; Sól: 7.87 g; suma cukrów prostych: 66.81 g; Żelazo: 9.55 mg; Fosfor: 1742.05 mg; Po	Energia: 2059.56 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 51.89 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.98 g; Sód: 3329.68 mg; Sól: 8.33 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Żelazo: 13.49 mg; Fosfor: 2127.27 mg; P	Energia: 2326.47 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sód: 2120.89 mg; Sól: 5.31 g; suma cukrów prostych: 71.68 g; Żelazo: 10.28 mg; Fosfor: 1866.43 mg; Po	Energia: 2356.57 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 62.04 g; Węglowodany ogółem: 357.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sód: 2121.49 mg; Sól: 5.31 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Żelazo: 10.48 mg; Fosfor: 1879.27 mg; P	Energia: 2244.91 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 58.89 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Sód: 2307.88 mg; Sól: 5.78 g; suma cukrów prostych: 71.98 g; Żelazo: 9.81 mg; Fosfor: 1844.63 mg; Po
2026-10-12 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-12 poniedziałek	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 g		pomarancza 250 g	
	Obiad	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców 400 ml jabłko 150 g	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pulpet wieprzowo drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml jabłko 150 g	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pulpet wieprzowo drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) jabłko gotowane 160 g napój z owoców 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców b/cukru 400 ml jabłko 150 g	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml jabłko 150 g	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** jabłko 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** jabłko 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				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 pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** pomidor 75 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** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** pomidor 75 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 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 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-12 poniedziałek		Energia: 2316.95 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; Sód: 2375.53 mg; Sól: 5.94 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; Żelazo: 15.53 mg; Fosfor: 1918.00 mg; P	Energia: 2253.98 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g; Sód: 2471.52 mg; Sól: 6.19 g; suma cukrów prostych: 67.73 g; Żelazo: 12.63 mg; Fosfor: 1593.42 mg; P	Energia: 2206.63 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; Sód: 2389.36 mg; Sól: 5.98 g; suma cukrów prostych: 69.52 g; Żelazo: 12.53 mg; Fosfor: 1591.67 mg; P	Energia: 2334.08 kcal; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 316.32 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.13 g; Błonnik pokarmowy: 49.44 g; Sód: 2797.05 mg; Sól: 7.00 g; suma cukrów prostych: 42.27 g; Żelazo: 19.85 mg; Fosfor: 2244.10 mg; P	Energia: 2318.85 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; Sód: 2150.93 mg; Sól: 5.38 g; suma cukrów prostych: 67.00 g; Żelazo: 16.37 mg; Fosfor: 1944.48 mg; P	Energia: 2412.92 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 353.56 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.96 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sód: 2041.06 mg; Sól: 5.11 g; suma cukrów prostych: 79.96 g; Żelazo: 15.80 mg; Fosfor: 1915.55 mg; P	Energia: 2409.55 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 68.52 g; Węglowodany ogółem: 338.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.90 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; Sód: 2265.76 mg; Sól: 5.67 g; suma cukrów prostych: 72.60 g; Żelazo: 14.91 mg; Fosfor: 1885.85 mg; P
2026-10-13 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 pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, 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 pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, 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 twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 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 pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) twaróg 50 g 50 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 pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) twaróg 50 g 50 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 pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		kisiel 250 ml, , (Danie gotowane)	
	Obiad	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kotlet schabowy z pieca 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) makaron ze szpinakiem i serem zółtym gotowany 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kotlet schabowy z pieca 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** 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
2026-10-13 wtorek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 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** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata 500 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosennna z pomidorami 100 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** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 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** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g		herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** 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 dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2192.53 kcal; Białko ogółem: 120.29 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; Sód: 3398.34 mg; Sól: 8.50 g; suma cukrów prostych: 47.91 g; Żelazo: 11.37 mg; Fosfor: 1770.86 mg; P	Energia: 2166.46 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sód: 3365.16 mg; Sól: 8.42 g; suma cukrów prostych: 57.05 g; Żelazo: 11.34 mg; Fosfor: 1647.27 mg; P	Energia: 2063.33 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 56.01 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sód: 3232.93 mg; Sól: 8.09 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; Żelazo: 10.39 mg; Fosfor: 1680.18 mg; P	Energia: 2155.50 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Sód: 3618.15 mg; Sól: 9.05 g; suma cukrów prostych: 35.96 g; Żelazo: 14.45 mg; Fosfor: 2042.08 mg; P	Energia: 2397.12 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 315.13 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sód: 2500.83 mg; Sól: 6.26 g; suma cukrów prostych: 50.81 g; Żelazo: 14.12 mg; Fosfor: 1799.03 mg; P	Energia: 2455.82 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; Sód: 2516.38 mg; Sól: 6.30 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Żelazo: 13.53 mg; Fosfor: 1763.49 mg; P	Energia: 2278.70 kcal; Białko ogółem: 120.33 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; Sód: 3414.37 mg; Sól: 8.54 g; suma cukrów prostych: 63.65 g; Żelazo: 11.41 mg; Fosfor: 1774.86 mg; P

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-14 środa	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 twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, 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 twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, 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 twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** 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 twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** 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 twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta z jarzyn 50 g, Zawiera: **SEL** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka gotowane 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** papryka faszerowana pieczona 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie pieczone) marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				jabłko 150 g woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-14 środa	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** gruszka 160 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 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 10 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko gotowane 160 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** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** gruszka 160 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka z pora 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** gruszka 160 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** gruszka 160 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**		
		Energia: 2216.18 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 65.76 g; Węglowodany ogółem: 298.84 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sód: 3458.65 mg; Sól: 8.65 g; suma cukrów prostych: 66.65 g; Żelazo: 10.11 mg; Fosfor: 1790.55 mg; P	Energia: 2199.38 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 61.71 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; Sód: 3298.93 mg; Sól: 8.25 g; suma cukrów prostych: 66.22 g; Żelazo: 10.09 mg; Fosfor: 1714.86 mg; P	Energia: 2201.92 kcal; Białko ogółem: 125.44 g; Tłuszcz: 59.55 g; Węglowodany ogółem: 303.36 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Sód: 3372.91 mg; Sól: 8.44 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Żelazo: 10.30 mg; Fosfor: 1769.63 mg; P	Energia: 2321.52 kcal; Białko ogółem: 124.80 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.02 g; Błonnik pokarmowy: 38.84 g; Sód: 3366.07 mg; Sól: 8.42 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Żelazo: 13.23 mg; Fosfor: 1937.37 mg; P	Energia: 2460.64 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 76.53 g; Węglowodany ogółem: 336.45 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 36.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2665.46 mg; Sól: 6.67 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Żelazo: 12.30 mg; Fosfor: 2007.61 mg; P	Energia: 2550.64 kcal; Białko ogółem: 123.52 g; Tłuszcz: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2759.96 mg; Sól: 6.91 g; suma cukrów prostych: 92.05 g; Żelazo: 12.45 mg; Fosfor: 2190.61 mg; P	Energia: 2306.18 kcal; Białko ogółem: 119.95 g; Tłuszcz: 68.76 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sód: 3553.15 mg; Sól: 8.89 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Żelazo: 10.26 mg; Fosfor: 1973.55 mg; P
2026-10-15 czwartek	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 ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** ogórek świeży 75 g sałata 15 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 homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 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 10 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 g 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 ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** serek homogenizowany naturalny 150 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 żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g sałata 15 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 żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** ogórek świeży 75 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-15 czwartek	II Ś				maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** gołąbki b/zawijania z kaszą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza z bukietem z warzyw i mięsem wieprzowym dieta 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza z warzywami i mięsem wieprzowym dieta niskotłuszczowa 350 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza z bukietem z warzyw i mięsem wieprzowym dieta 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** gołąbki wegetariańskie b/zawijania z kaszą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** gołąbki wegetariańskie b/zawijania z kaszą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa szpinakowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** gołąbki b/zawijania z kaszą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) sos pomidorowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	herbata 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** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	herbata 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** szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	herbata 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** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiełek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny dieta 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 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-15 czwartek		Energia: 2399.26 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 80.54 g; Węglowodany ogółem: 313.56 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Sód: 2703.78 mg; Sól: 6.77 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Żelazo: 14.99 mg; Fosfor: 1962.39 mg; P	Energia: 2370.63 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 319.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; Sód: 2278.26 mg; Sól: 5.70 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Żelazo: 12.70 mg; Fosfor: 1644.74 mg; P	Energia: 2221.42 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 55.71 g; Węglowodany ogółem: 317.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sód: 3119.79 mg; Sól: 7.81 g; suma cukrów prostych: 60.60 g; Żelazo: 12.27 mg; Fosfor: 1707.92 mg; P	Energia: 2319.49 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.50 g; Błonnik pokarmowy: 42.03 g; Sód: 2671.43 mg; Sól: 6.68 g; suma cukrów prostych: 46.42 g; Żelazo: 16.42 mg; Fosfor: 1933.90 mg; P	Energia: 2455.39 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 81.81 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 35.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g; Sód: 2548.61 mg; Sól: 6.38 g; suma cukrów prostych: 82.11 g; Żelazo: 15.11 mg; Fosfor: 2339.00 mg; P	Energia: 2348.85 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 34.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sód: 2296.52 mg; Sól: 5.75 g; suma cukrów prostych: 88.17 g; Żelazo: 11.34 mg; Fosfor: 2094.43 mg; P	Energia: 2349.06 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sód: 2783.73 mg; Sól: 6.97 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Żelazo: 12.33 mg; Fosfor: 1886.07 mg; P
2026-10-16 piątek	Śniadanie	herbata 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 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 miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 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 10 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 1 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** jabłko gotowane 160 g	herbata 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g miod 25 g ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 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 miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g
	II Ś				szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 g		koktajl owocowy na maślance 250 ml, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem białym diety niskotłuszczowe 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem białym b/cukru 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml pomarancza 250 g	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-16 piątek	P				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 serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 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** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 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** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta ryżowo-paprykowa 50 g 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** pasta ryżowo-paprykowa 50 g 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** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 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 posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2530.28 kcal; Białko ogółem: 128.68 g; Tłuszcz: 54.63 g; Węglowodany ogółem: 399.55 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sód: 2433.04 mg; Sól: 6.09 g; suma cukrów prostych: 72.73 g; Żelazo: 13.87 mg; Fosfor: 1989.09 mg; P	Energia: 2358.24 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; Sód: 2572.54 mg; Sól: 6.44 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Żelazo: 10.89 mg; Fosfor: 1718.75 mg; P	Energia: 2258.86 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 49.21 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; Sód: 2562.46 mg; Sól: 6.41 g; suma cukrów prostych: 59.58 g; Żelazo: 10.57 mg; Fosfor: 1708.96 mg; P	Energia: 2411.92 kcal; Białko ogółem: 129.94 g; Tłuszcz: 60.18 g; Węglowodany ogółem: 353.83 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sód: 3039.68 mg; Sól: 7.61 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Żelazo: 12.62 mg; Fosfor: 2106.78 mg; P	Energia: 2526.95 kcal; Białko ogółem: 120.62 g; Tłuszcz: 54.41 g; Węglowodany ogółem: 404.42 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g; Sód: 2151.01 mg; Sól: 5.38 g; suma cukrów prostych: 75.48 g; Żelazo: 13.62 mg; Fosfor: 1940.30 mg; P	Energia: 2471.50 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 51.66 g; Węglowodany ogółem: 397.63 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sód: 4220.58 mg; Sól: 10.56 g; suma cukrów prostych: 91.88 g; Żelazo: 12.13 mg; Fosfor: 1915.77 mg;	Energia: 2430.50 kcal; Białko ogółem: 123.10 g; Tłuszcz: 56.49 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Sód: 4467.24 mg; Sól: 11.17 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Żelazo: 11.71 mg; Fosfor: 1922.29 mg;
2026-10-17 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** 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 twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** 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 10 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g		

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-17 sobota	II Ś				pomarancza 250 g woda źródlana 200 g		gruszka 160 g	
	Obiad	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy podstawa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta biała duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g jarzyna duszona 180 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta biała duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój z owoców b/cukru 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pierogi ruskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 300 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pierogi ruskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta biała duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE**			
	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** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** 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** sałatka jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka jarzynowa -diety niskotłuszczowe 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR**	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR**
	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 posiłek wieczorny dieta 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 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-17 sobota		Energia: 2159.41 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 295.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.20 g; Błonnik pokarmowy: 38.49 g; Sód: 2722.93 mg; Sól: 6.81 g; suma cukrów prostych: 65.35 g; Żelazo: 16.44 mg; Fosfor: 1970.10 mg; P	Energia: 2153.55 kcal; Białko ogółem: 119.55 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sód: 2694.15 mg; Sól: 6.74 g; suma cukrów prostych: 58.72 g; Żelazo: 14.08 mg; Fosfor: 1658.74 mg; P	Energia: 2088.85 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 48.22 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; Sód: 3355.93 mg; Sól: 8.40 g; suma cukrów prostych: 66.90 g; Żelazo: 13.04 mg; Fosfor: 1708.44 mg; P	Energia: 2229.52 kcal; Białko ogółem: 122.41 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 303.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.08 g; Błonnik pokarmowy: 46.20 g; Sód: 2774.95 mg; Sól: 6.94 g; suma cukrów prostych: 53.29 g; Żelazo: 18.83 mg; Fosfor: 2057.62 mg; P	Energia: 2509.21 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 36.11 g; Błonnik pokarmowy: 42.99 g; Sód: 2391.74 mg; Sól: 5.98 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Żelazo: 15.48 mg; Fosfor: 2132.16 mg; P	Energia: 2498.96 kcal; Białko ogółem: 120.93 g; Tłuszcz: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 36.29 g; Błonnik pokarmowy: 42.09 g; Sód: 6271.68 mg; Sól: 15.68 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Żelazo: 15.15 mg; Fosfor: 2121.17 mg;	Energia: 2170.83 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 299.27 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g; Sód: 2722.38 mg; Sól: 6.81 g; suma cukrów prostych: 66.09 g; Żelazo: 16.41 mg; Fosfor: 1976.63 mg; P
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g gruszka 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g jabłko 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** gruszka 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g gruszka 160 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 20 g gruszka 160 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 20 g gruszka 160 g
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane)			jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**
	Obiad	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie myśliwskim 160 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z buraków i jabłek 150 g, , (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z buraków i jabłek drobostarta 150 g, , (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** gzik 130 g, Zawiera: **MLE** ziemniaki pieczone 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie myśliwskim 160 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 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
2026-10-18 niedziela	P				pasta z jarzyn 50 g, Zawiera: **SEL** chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 g			
	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka warzywna 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE**	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka warzywna 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE**	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka warzywna 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE**		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka warzywna 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE**
	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 posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2219.60 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 61.96 g; Węglowodany ogółem: 311.40 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; Sód: 2675.83 mg; Sól: 6.70 g; suma cukrów prostych: 81.27 g; Żelazo: 12.16 mg; Fosfor: 1654.10 mg; P	Energia: 2179.75 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 309.25 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Sód: 2474.82 mg; Sól: 6.19 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Żelazo: 12.36 mg; Fosfor: 1494.65 mg; P	Energia: 2136.09 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 53.08 g; Węglowodany ogółem: 309.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g; Sód: 2459.28 mg; Sól: 6.15 g; suma cukrów prostych: 82.61 g; Żelazo: 12.13 mg; Fosfor: 1492.76 mg; P	Energia: 2305.00 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.75 g; Błonnik pokarmowy: 42.67 g; Sód: 2984.37 mg; Sól: 7.47 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Żelazo: 16.80 mg; Fosfor: 2090.79 mg; P	Energia: 2226.01 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 61.93 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g; Sód: 2272.57 mg; Sól: 5.69 g; suma cukrów prostych: 83.53 g; Żelazo: 10.81 mg; Fosfor: 1817.11 mg; P	Energia: 2287.41 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; Sód: 2366.87 mg; Sól: 5.92 g; suma cukrów prostych: 82.43 g; Żelazo: 10.90 mg; Fosfor: 1997.71 mg; P	Energia: 2281.00 kcal; Białko ogółem: 124.91 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 313.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sód: 2770.13 mg; Sól: 6.93 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Żelazo: 12.25 mg; Fosfor: 1834.70 mg; P

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-19 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g pomidor 75 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta jajeczno -serowa 1/2porcjii 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** woda źródlana 200 g		kiwi 100 g	
	Obiad	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i mięsem wieprzowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka i mieszanką warzywną 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka - niskotluszczowe 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka i mieszanką warzywną 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i pieczarkami 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml		zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i mięsem wieprzowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 g			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-19 poniedziałek	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko 150 g	herbata 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g schab pieczony 50 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko 150 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** pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **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 posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		
		Energia: 2425.21 kcal; Białko ogółem: 122.98 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 342.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sód: 2146.73 mg; Sól: 5.37 g; suma cukrów prostych: 69.77 g; Żelazo: 14.81 mg; Fosfor: 1745.76 mg; P	Energia: 2361.59 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sód: 2210.00 mg; Sól: 5.53 g; suma cukrów prostych: 63.81 g; Żelazo: 12.69 mg; Fosfor: 1749.44 mg; P	Energia: 2281.05 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 63.11 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; Sód: 2606.81 mg; Sól: 6.52 g; suma cukrów prostych: 63.68 g; Żelazo: 12.06 mg; Fosfor: 1689.83 mg; P	Energia: 2294.76 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 317.40 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 43.16 g; Sód: 2609.51 mg; Sól: 6.53 g; suma cukrów prostych: 47.33 g; Żelazo: 15.92 mg; Fosfor: 1935.71 mg; P	Energia: 2369.55 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; Sód: 2278.16 mg; Sól: 5.70 g; suma cukrów prostych: 73.75 g; Żelazo: 13.99 mg; Fosfor: 1790.59 mg; P	Energia: 2420.55 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 69.10 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.98 g; Sód: 2281.56 mg; Sól: 5.71 g; suma cukrów prostych: 81.49 g; Żelazo: 14.33 mg; Fosfor: 1817.79 mg; P	Energia: 2476.21 kcal; Białko ogółem: 123.75 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 354.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.80 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g; Sód: 2150.13 mg; Sól: 5.38 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Żelazo: 15.15 mg; Fosfor: 1772.96 mg; P
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** ogórek świeży 75 g		herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 g		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-20 wtorek	Obiad	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany podstawa 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców 400 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotleciki z kaszy jęczmiennej pieczone 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 300 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotleciki z kaszy jęczmiennej pieczone 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany podstawa 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g 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 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** gruszka 160 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g	herbata 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** gruszka 160 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** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** gruszka 160 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** gruszka 160 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 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 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
2026-10-20 wtorek		Energia: 2162.41 kcal; Białko ogółem: 119.05 g; Tłuszcz: 56.81 g; Węglowodany ogółem: 308.84 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Sód: 2333.45 mg; Sól: 5.99 g; suma cukrów prostych: 54.44 g; Żelazo: 12.27 mg; Fosfor: 1483.29 mg; P	Energia: 2071.85 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 303.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; Sód: 2608.58 mg; Sól: 6.68 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; Żelazo: 9.70 mg; Fosfor: 1316.63 mg; Po	Energia: 2026.85 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 303.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; Sód: 2600.68 mg; Sól: 6.66 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; Żelazo: 9.70 mg; Fosfor: 1316.63 mg; Po	Energia: 2309.18 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 61.21 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.54 g; Sód: 2964.62 mg; Sól: 7.57 g; suma cukrów prostych: 69.61 g; Żelazo: 14.86 mg; Fosfor: 1971.56 mg; P	Energia: 2414.70 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Sód: 2103.56 mg; Sól: 5.41 g; suma cukrów prostych: 57.32 g; Żelazo: 13.80 mg; Fosfor: 1758.51 mg; P	Energia: 2484.69 kcal; Białko ogółem: 121.19 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Sód: 2189.24 mg; Sól: 5.63 g; suma cukrów prostych: 62.64 g; Żelazo: 14.23 mg; Fosfor: 1925.21 mg; P	Energia: 2252.41 kcal; Białko ogółem: 125.50 g; Tłuszcz: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 318.14 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Sód: 2427.95 mg; Sól: 6.23 g; suma cukrów prostych: 60.74 g; Żelazo: 12.42 mg; Fosfor: 1666.29 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,