Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-10-31 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb wieloziarnisty 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pieczarek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** ogórek świeży 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g ogórek świeży 75 g
	II Ś				pomarancza 250 g woda źródlana 200 ml		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** potrawka drobiowa 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie gotowane) ryż gotowany 150 g marchewka duszona swieża z groszkiem 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** potrawka drobiowa 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie gotowane) ryż gotowany 150 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** potrawka drobiowa 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie gotowane) ryż gotowany 150 g kalafior na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza jęczmiennna z mieszanką meksykańską 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) marchewka duszona swieża z groszkiem 180 g, Zawiera: **GLU** budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa pomidorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** potrawka drobiowa 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie gotowane) ryż gotowany 150 g marchewka duszona swieża z groszkiem 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 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
2026-10-31 sobota	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g		herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** 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 dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2371.85 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 79.40 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 34.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g; Sód: 1973.36 mg; Sól: 4.94 g; suma cukrów prostych: 56.60 g; Żelazo: 12.40 mg; Fosfor: 2088.12 mg; P	Energia: 2316.19 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 71.88 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; Sód: 2207.20 mg; Sól: 5.52 g; suma cukrów prostych: 56.63 g; Żelazo: 10.07 mg; Fosfor: 1675.28 mg; P	Energia: 2273.29 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; Sód: 2206.77 mg; Sól: 5.52 g; suma cukrów prostych: 56.07 g; Żelazo: 9.41 mg; Fosfor: 1631.25 mg; Po	Energia: 2391.79 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.25 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; Sód: 1700.82 mg; Sól: 4.26 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; Żelazo: 13.62 mg; Fosfor: 2183.38 mg; P	Energia: 2331.88 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sód: 1547.47 mg; Sól: 3.87 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Żelazo: 12.62 mg; Fosfor: 2239.22 mg; P	Energia: 2421.88 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 322.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 37.20 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sód: 1641.97 mg; Sól: 4.11 g; suma cukrów prostych: 85.46 g; Żelazo: 12.77 mg; Fosfor: 2422.22 mg; P	Energia: 2359.70 kcal; Białko ogółem: 130.38 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 284.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sód: 1995.86 mg; Sól: 4.99 g; suma cukrów prostych: 62.18 g; Żelazo: 11.52 mg; Fosfor: 2179.32 mg; P
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** chleb wieloziarnisty 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE** ogórek świeży 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				woda źródlana 200 ml maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE**		kiwi 70 g	

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

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-01 niedziela	Obiad	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) pieczeń wieprzowa podstawa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta czerwona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) pieczeń wieprzowa pieczona dieta 160 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) pieczeń wieprzowa pieczona dieta 160 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) pieczeń wieprzowa pieczona dieta 160 g, Zawiera: **GLU** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kalafior zapiekany pod beszamelem z makaronem 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie pieczone) kapusta czerwona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) pieczeń wieprzowa podstawa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta czerwona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g gruszka 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g gruszka 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g gruszka 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g 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 dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		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 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-01 niedziela		Energia: 1997.77 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 54.08 g; Węglowodany ogółem: 294.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sód: 1845.77 mg; Sól: 4.62 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Żelazo: 10.57 mg; Fosfor: 1395.51 mg; Po	Energia: 1972.21 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 52.05 g; Węglowodany ogółem: 288.71 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sód: 2509.66 mg; Sól: 6.28 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Żelazo: 10.76 mg; Fosfor: 1395.92 mg; P	Energia: 2012.19 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 49.41 g; Węglowodany ogółem: 292.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sód: 2952.62 mg; Sól: 7.39 g; suma cukrów prostych: 60.58 g; Żelazo: 10.85 mg; Fosfor: 1563.94 mg; P	Energia: 2081.85 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 297.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g; Sód: 2262.11 mg; Sól: 5.66 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Żelazo: 14.43 mg; Fosfor: 1923.27 mg; P	Energia: 2376.45 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; Sód: 2139.72 mg; Sól: 5.36 g; suma cukrów prostych: 70.63 g; Żelazo: 12.22 mg; Fosfor: 1706.28 mg; P	Energia: 2398.19 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; Sód: 1774.12 mg; Sól: 4.44 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Żelazo: 12.35 mg; Fosfor: 1698.97 mg; P	Energia: 2093.66 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 308.63 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Sód: 1532.72 mg; Sól: 3.84 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Żelazo: 11.00 mg; Fosfor: 1437.43 mg; P
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml 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** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml 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** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml 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** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 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** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml 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** sałatka z pora 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** pomidor 75 g		herbata b/c 300 ml 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** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml		skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) spaghetti bolońskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) makaron z sosem wołowo-pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) makaron z sosem wołowo-pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) makaron z sosem wołowo-pomidorowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) spaghetti wegetariańskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml		zupa barszcz ukrainski gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL**, (Danie gotowane) spaghetti bolońskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 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
2026-11-02 poniedziałek	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** twaróg 30g 30 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	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** schab pieczony 20 g, , (Danie pieczone) banan 120 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab pieczony 20 g, , (Danie pieczone) banan 120 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab pieczony 20 g, , (Danie pieczone) banan 120 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** schab pieczony 20 g, , (Danie pieczone) pomarancza 250 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 jarzyn 50 g, Zawiera: **SEL** banan 120 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** schab pieczony 20 g, , (Danie pieczone) banan 120 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 dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2195.97 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sód: 1854.33 mg; Sól: 4.64 g; suma cukrów prostych: 67.08 g; Żelazo: 12.89 mg; Fosfor: 1522.54 mg; P	Energia: 2161.38 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sód: 2351.56 mg; Sól: 5.88 g; suma cukrów prostych: 64.28 g; Żelazo: 12.78 mg; Fosfor: 1502.81 mg; P	Energia: 2125.38 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Sód: 2369.46 mg; Sól: 5.93 g; suma cukrów prostych: 65.03 g; Żelazo: 12.93 mg; Fosfor: 1526.81 mg; P	Energia: 2198.16 kcal; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 54.23 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.43 g; Błonnik pokarmowy: 41.61 g; Sód: 2089.02 mg; Sól: 5.23 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Żelazo: 15.87 mg; Fosfor: 2004.43 mg; P	Energia: 2263.71 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 55.57 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Sód: 1831.06 mg; Sól: 4.58 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Żelazo: 11.73 mg; Fosfor: 1641.41 mg; P	Energia: 2359.71 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 55.57 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Sód: 1831.06 mg; Sól: 4.73 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Żelazo: 11.73 mg; Fosfor: 1641.41 mg; P	Energia: 2291.97 kcal; Białko ogółem: 128.49 g; Tłuszcz: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sód: 1854.33 mg; Sól: 4.79 g; suma cukrów prostych: 73.23 g; Żelazo: 12.89 mg; Fosfor: 1522.54 mg; P
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 60 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** papryka 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** papryka 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** papryka 75 g

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

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-03 wtorek	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml		kiwi 70 g	
	Obiad	żurek z jajkiem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza jęczmienna z bukietem warzyw 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) gruszka 160 g napój owocowy z jabłek 400 ml	żurek z jajkiem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza jęczmienna z bukietem warzyw 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) banan 120 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa barszcz biały z ziemniakami 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kasza jeczmienna z warzywami dieta niskotłuszczowa 300 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) banan 120 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	żurek z jajkiem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza jęczmienna z bukietem warzyw 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) gruszka 160 g napój owocowy b/cukru 400 ml	żurek z jajkiem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kasza jęczmienna z bukietem warzyw 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) gruszka 160 g napój owocowy z jabłek 400 ml		
	P				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 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 jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 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 b/c 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 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 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 b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko 150 g		herbata b/c 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 jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, 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 dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		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 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-03 wtorek		Energia: 2119.26 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 55.09 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; Sód: 2247.29 mg; Sól: 5.62 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Żelazo: 13.06 mg; Fosfor: 1547.61 mg; Po	Energia: 2175.80 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 55.20 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sód: 2803.14 mg; Sól: 7.01 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Żelazo: 12.98 mg; Fosfor: 1524.15 mg; Po	Energia: 2172.70 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 46.50 g; Węglowodany ogółem: 361.63 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sód: 3331.08 mg; Sól: 8.33 g; suma cukrów prostych: 86.26 g; Żelazo: 11.50 mg; Fosfor: 1589.96 mg; Po	Energia: 2365.32 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 63.02 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.20 g; Błonnik pokarmowy: 44.86 g; Sód: 2624.66 mg; Sól: 6.57 g; suma cukrów prostych: 80.32 g; Żelazo: 16.68 mg; Fosfor: 2164.25 mg; P	Energia: 2147.30 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 55.01 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.20 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; Sód: 1564.24 mg; Sól: 3.92 g; suma cukrów prostych: 69.74 g; Żelazo: 11.95 mg; Fosfor: 1675.16 mg; Po	Energia: 2198.30 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sód: 1567.64 mg; Sól: 3.92 g; suma cukrów prostych: 77.48 g; Żelazo: 12.29 mg; Fosfor: 1702.36 mg; Po	Energia: 2170.26 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; Sód: 2250.69 mg; Sól: 5.63 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; Żelazo: 13.40 mg; Fosfor: 1574.81 mg; Po
2026-11-04 środa	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** 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 szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z rzodkiewką 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z rzodkiewką 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 20 g ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g
	II Ś				jabłko 150 g woda źródlana 200 ml		pomarancza 250 g	
	Obiad	zupa kapuśniak z kiszonej kapusty gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pulpet rybny gotowany 80 g, Zawiera: **JAJ, RYB** sos grecki dieta 80 g, Zawiera: **SEL** ziemniaki gotowane 200 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** pulpet rybny gotowany 80 g, Zawiera: **JAJ, RYB** sos grecki dieta 80 g, Zawiera: **SEL** ziemniaki gotowane 200 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g napój owocowy z jabłek 400 ml			zupa kapuśniak z kiszonej kapusty gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pulpet rybny gotowany 80 g, Zawiera: **JAJ, RYB** sos grecki dieta 80 g, Zawiera: **SEL** ziemniaki gotowane 200 g sałatka wiosennna z pomidorami 100 g napój owocowy z jabłek 400 ml		
	P				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 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
2026-11-04 środa	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z fileta drobiowego 100 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z fileta drobiowego 100 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g pasta z fileta drobiowego 100 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z fileta drobiowego 100 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka gyrosowa 150 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka gyrosowa 150 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z fileta drobiowego 100 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ser zółty 36g 36 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 dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2161.42 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 60.74 g; Węglowodany ogółem: 293.21 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sód: 2157.08 mg; Sól: 5.40 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Żelazo: 11.44 mg; Fosfor: 1856.74 mg; P	Energia: 2234.39 kcal; Białko ogółem: 128.40 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 286.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sód: 1934.55 mg; Sól: 4.84 g; suma cukrów prostych: 50.52 g; Żelazo: 10.66 mg; Fosfor: 1785.72 mg; P	Energia: 2189.39 kcal; Białko ogółem: 128.40 g; Tłuszcz: 64.47 g; Węglowodany ogółem: 286.49 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Sód: 1926.65 mg; Sól: 4.82 g; suma cukrów prostych: 50.52 g; Żelazo: 10.66 mg; Fosfor: 1785.72 mg; P	Energia: 2407.12 kcal; Białko ogółem: 134.81 g; Tłuszcz: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 318.54 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sód: 1858.32 mg; Sól: 4.65 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Żelazo: 12.17 mg; Fosfor: 2102.37 mg; P	Energia: 2442.84 kcal; Białko ogółem: 132.26 g; Tłuszcz: 67.22 g; Węglowodany ogółem: 349.33 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.53 g; Błonnik pokarmowy: 52.35 g; Sód: 1586.49 mg; Sól: 3.97 g; suma cukrów prostych: 81.80 g; Żelazo: 22.35 mg; Fosfor: 2077.82 mg; P	Energia: 2431.32 kcal; Białko ogółem: 132.28 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 347.35 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.50 g; Błonnik pokarmowy: 54.09 g; Sód: 1558.61 mg; Sól: 3.90 g; suma cukrów prostych: 86.65 g; Żelazo: 22.62 mg; Fosfor: 2088.94 mg; P	Energia: 2229.10 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Sód: 2161.40 mg; Sól: 5.41 g; suma cukrów prostych: 60.88 g; Żelazo: 12.01 mg; Fosfor: 1889.86 mg; P
2026-11-05 czwartek	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 serek homogenizowany naturalny 150 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 10 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g banan 120 g		herbata b/c 300 ml chleb razowy 60 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** 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 serek homogenizowany naturalny 150 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 10 g serek homogenizowany naturalny 150 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 serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g gruszka 160 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-05 czwartek	II Ś				ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU**			maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE**
	Obiad	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotlet z piersi z kurczaka z pieca 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa szpinakowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** pierś z kurczaka duszona 80 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa szpinakowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** pierś z kurczaka duszona 80 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** naleśniki z serem białym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie smażone) pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotlet z piersi z kurczaka z pieca 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy 200ml 200 ml
	P				skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** pomidor 75 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pasta warzywna z gotowaną fasolą 100 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** pasta warzywna z gotowaną fasolą 100 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** 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 dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**

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
2026-11-05 czwartek		Energia: 2256.84 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 64.22 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Sód: 1978.23 mg; Sól: 4.95 g; suma cukrów prostych: 68.86 g; Żelazo: 10.96 mg; Fosfor: 1610.47 mg; P	Energia: 2333.32 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; Sód: 2127.85 mg; Sól: 5.33 g; suma cukrów prostych: 98.52 g; Żelazo: 12.46 mg; Fosfor: 1483.07 mg; P	Energia: 2314.47 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sód: 2124.05 mg; Sól: 5.32 g; suma cukrów prostych: 99.22 g; Żelazo: 12.49 mg; Fosfor: 1483.73 mg; P	Energia: 2202.92 kcal; Białko ogółem: 130.99 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 278.50 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g; Sód: 1777.01 mg; Sól: 4.60 g; suma cukrów prostych: 41.22 g; Żelazo: 12.68 mg; Fosfor: 1707.80 mg; P	Energia: 2405.13 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 73.05 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 31.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sód: 1687.16 mg; Sól: 4.22 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Żelazo: 11.09 mg; Fosfor: 1778.49 mg; P	Energia: 2360.13 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 68.05 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sód: 1679.26 mg; Sól: 4.20 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Żelazo: 11.09 mg; Fosfor: 1778.49 mg; P	Energia: 2309.75 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 65.15 g; Węglowodany ogółem: 331.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; Sód: 2097.83 mg; Sól: 5.25 g; suma cukrów prostych: 73.50 g; Żelazo: 11.11 mg; Fosfor: 1768.83 mg; P
2026-11-06 piątek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** papryka 75 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 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 kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** papryka 75 g		herbata b/c 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ** papryka 75 g
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 ml		gruszka 160 g	
	Obiad	zupa grochowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ryż gotowany z sosem truskawkowym 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml jabłko 150 g	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryż gotowany z sosem truskawkowym 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml jabłko 150 g	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryż gotowany z sosem truskawkowym 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml jabłko gotowane 160 g	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** ryż brązowy z mieszanką warzyw i filetem drobiowym 300 g, , (Danie gotowane) jabłko 150 g napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa grochowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** ryż gotowany z sosem truskawkowym 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml jabłko 150 g		
	P				jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU**			

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-06 piątek	Kolacja	herbata b/c 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** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g pomidor 75 g	herbata b/c 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** miod 25 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** schab gotowany 20g 20 g 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 dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2286.70 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.87 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; Sód: 1258.54 mg; Sól: 3.15 g; suma cukrów prostych: 68.38 g; Żelazo: 13.23 mg; Fosfor: 1849.95 mg; P	Energia: 2089.14 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 317.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Sód: 1660.58 mg; Sól: 4.16 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Żelazo: 9.45 mg; Fosfor: 1518.07 mg; Pot	Energia: 2092.79 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 54.96 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; Sód: 1660.73 mg; Sól: 4.16 g; suma cukrów prostych: 66.21 g; Żelazo: 9.47 mg; Fosfor: 1518.72 mg; Pot	Energia: 2250.04 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 55.87 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; Sód: 1240.72 mg; Sól: 3.11 g; suma cukrów prostych: 63.77 g; Żelazo: 12.60 mg; Fosfor: 1996.27 mg; P	Energia: 2443.20 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 61.59 g; Węglowodany ogółem: 377.12 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; Sód: 1714.54 mg; Sól: 4.29 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Żelazo: 13.33 mg; Fosfor: 2016.20 mg; P	Energia: 2424.70 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 58.36 g; Węglowodany ogółem: 383.73 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g; Sód: 1457.09 mg; Sól: 3.65 g; suma cukrów prostych: 85.01 g; Żelazo: 12.01 mg; Fosfor: 1899.94 mg; P	Energia: 2328.40 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 371.03 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.66 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Sód: 1501.12 mg; Sól: 3.76 g; suma cukrów prostych: 81.32 g; Żelazo: 12.46 mg; Fosfor: 1757.36 mg; P
2026-11-07 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko 150 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** ogórek świeży 75 g

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-07 sobota	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** woda źródlana 200 ml		kiwi 70 g	
	Obiad	Zalewajka gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** gulasz z indyka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	Zalewajka gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** gulasz z indyka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	Zalewajka dieta gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** gulasz z indyka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	Zalewajka gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** gulasz z indyka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców b/cukru 400 ml	Zalewajka gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** kasza jęczmiennna z mieszanką meksykańską 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml		Zalewajka gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** gulasz z indyka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** 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 szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE**	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** sałatka z pora z serem żółtym 50 g, Zawiera: **MLE, GOR** pomidor 75 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** twaróg 50 g 50 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 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 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-07 sobota		Energia: 2163.06 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 304.89 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; Sód: 1704.91 mg; Sól: 4.27 g; suma cukrów prostych: 48.69 g; Żelazo: 11.88 mg; Fosfor: 1762.02 mg; P	Energia: 2222.50 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 62.30 g; Węglowodany ogółem: 319.71 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Sód: 1958.56 mg; Sól: 4.90 g; suma cukrów prostych: 61.08 g; Żelazo: 11.99 mg; Fosfor: 1696.18 mg; P	Energia: 2182.59 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; Sód: 2292.81 mg; Sól: 5.74 g; suma cukrów prostych: 65.53 g; Żelazo: 10.42 mg; Fosfor: 1590.17 mg; P	Energia: 2359.95 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 76.10 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.30 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g; Sód: 1901.53 mg; Sól: 4.76 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Żelazo: 16.60 mg; Fosfor: 2449.53 mg; P	Energia: 2325.69 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sód: 1769.07 mg; Sól: 4.43 g; suma cukrów prostych: 69.22 g; Żelazo: 12.91 mg; Fosfor: 1916.56 mg; Po	Energia: 2413.43 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 351.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.77 g; Sód: 1425.47 mg; Sól: 3.57 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; Żelazo: 13.13 mg; Fosfor: 2022.75 mg; P	Energia: 2184.80 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sód: 1339.31 mg; Sól: 3.35 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Żelazo: 12.00 mg; Fosfor: 1754.70 mg; P
2026-11-08 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 twarożek z cebulką czerwoną 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 z koperkiem swieżym 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 z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g jabłko 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarożek z cebulką czerwoną 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 twarożek z cebulką czerwoną 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 ml		banan 120 g	
	Obiad	rosolnik 400 ml, Zawiera: **SEL** schab pieczony 80 g, , (Danie pieczone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	rosolnik 400 ml, Zawiera: **SEL** schab pieczony dieta 80 g sos pietruszkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	rosolnik 400 ml, Zawiera: **SEL** schab pieczony dieta 80 g sos pietruszkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) jarzyna duszona 180 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie duszone) napój z owoców 400 ml	rosolnik 400 ml, Zawiera: **SEL** schab pieczony dieta 80 g sos pietruszkowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) 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 jarzynowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kluski śląskie 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml		rosolnik 400 ml, Zawiera: **SEL** schab pieczony 80 g, , (Danie pieczone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml

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

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-08 niedziela	P				jabłko 150 g woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 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 b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka jarzynowa -diety niskotłuszczowe 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 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 b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL**		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pora 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR**
	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 dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2340.88 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 320.43 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g; Sód: 1623.45 mg; Sól: 4.06 g; suma cukrów prostych: 52.74 g; Żelazo: 13.22 mg; Fosfor: 1981.07 mg; P	Energia: 2150.46 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 53.59 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Sód: 2251.41 mg; Sól: 5.64 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; Żelazo: 11.94 mg; Fosfor: 1581.35 mg; P	Energia: 2100.81 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 47.92 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g; Sód: 2698.81 mg; Sól: 6.75 g; suma cukrów prostych: 56.61 g; Żelazo: 11.52 mg; Fosfor: 1646.38 mg; P	Energia: 2296.98 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 309.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.31 g; Błonnik pokarmowy: 48.28 g; Sód: 2056.06 mg; Sól: 5.14 g; suma cukrów prostych: 48.74 g; Żelazo: 17.71 mg; Fosfor: 2153.16 mg; P	Energia: 2214.15 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 55.06 g; Węglowodany ogółem: 343.75 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.17 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; Sód: 1429.97 mg; Sól: 3.58 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Żelazo: 11.59 mg; Fosfor: 1735.28 mg; Po	Energia: 2336.37 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.37 g; Sód: 1431.23 mg; Sól: 3.58 g; suma cukrów prostych: 76.82 g; Żelazo: 12.09 mg; Fosfor: 1760.48 mg; Po	Energia: 2407.68 kcal; Białko ogółem: 120.53 g; Tłuszcz: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.00 g; Sód: 1554.10 mg; Sól: 3.89 g; suma cukrów prostych: 75.38 g; Żelazo: 12.67 mg; Fosfor: 1927.81 mg; P
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) 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** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) 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** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) 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** miod 25 g pomidor 75 g		kakao/cukru 300 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) 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** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g

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

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-09 poniedziałek	II Ś				kisiel b/cukru 250 ml, , (Danie gotowane) woda źródlana 200 ml		jabłko 150 g	
	Obiad	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** klops wieprzowo -drobiowy pieczony dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z buraków i jabłek drobostarta 150 g, , (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** klops wieprzowo -drobiowy pieczony dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) sałatka z buraków i jabłek drobostarta 150 g, , (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** chleb razowy 60 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców 400 ml		zupa grysikowa gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** fasolka po bretońsku 300 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta z jarzyn 50 g, Zawiera: **SEL** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g pomarancza 250 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g smalczyk z gotowanej fasoli 100 g sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g pomarancza 250 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g pomarancza 250 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 2026-10-31 do dnia 2026-11-09 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
2026-11-09 poniedziałek		Energia: 2185.26 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 54.87 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.13 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g; Sód: 2415.81 mg; Sól: 6.04 g; suma cukrów prostych: 57.93 g; Żelazo: 15.49 mg; Fosfor: 1848.54 mg; P	Energia: 2157.46 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 61.81 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Sód: 2900.82 mg; Sól: 7.26 g; suma cukrów prostych: 57.82 g; Żelazo: 12.58 mg; Fosfor: 1558.84 mg; P	Energia: 1997.60 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 263.28 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; Sód: 2876.98 mg; Sól: 7.20 g; suma cukrów prostych: 59.36 g; Żelazo: 11.89 mg; Fosfor: 1450.31 mg; P	Energia: 2373.30 kcal; Białko ogółem: 123.85 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.80 g; Błonnik pokarmowy: 59.44 g; Sód: 2541.36 mg; Sól: 6.36 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Żelazo: 20.86 mg; Fosfor: 2355.20 mg; P	Energia: 2319.07 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 398.52 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 52.91 g; Sód: 1756.72 mg; Sól: 4.40 g; suma cukrów prostych: 63.61 g; Żelazo: 18.96 mg; Fosfor: 1930.44 mg; P	Energia: 2373.82 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 411.77 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.15 g; Błonnik pokarmowy: 55.10 g; Sód: 1758.91 mg; Sól: 4.40 g; suma cukrów prostych: 74.23 g; Żelazo: 19.29 mg; Fosfor: 1940.30 mg; P	Energia: 2240.01 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 55.31 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.17 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g; Sód: 2418.00 mg; Sól: 6.05 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Żelazo: 15.82 mg; Fosfor: 1858.40 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,