

Uwaga! Zmiana w jadłospisie 6 maja 2026r.

Z przyczyn niezależnych od Działu Żywienia nastąpiła zmiana w posiłku śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (tzw. cukrzycowa) w dniu 6.05.2026. Śniadanie składnik - kurczak w galarecie 100g, został zmieniony na szynkę z kurczaka 50g.

Dietetyk
mgr Ewa Gierlicka

Wojewódzki Szpital Podkarpacki im. Jana Pawła II w Krosnie, Korczyńska 57, 38-400,
Krosno

Jadłospisy w dniu 2026-05-06 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II SN	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
2026-05-06 środa	Z ogr. latwp. węglowod. D03	platkі owsiane na mleku 350 ml (<u>mleko, owies,</u>) chleb pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u>) masło smietankowe 10 g (<u>mleko,</u>) szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja,</u>) pomidor 100 g kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien,</u>)	skyr owocowy bez cukru 140 g (<u>mleko,</u>)	zupa grysikowa 300 g (<u>pszenica, mleko, seler,</u>) bitka drobiowa duszona 110 g (<u>seler,</u>) sos jarzynowy 20 g (<u>pszenica, mleko, seler,</u>) ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko,</u>) salata zielona ze smietana 50 g (<u>mleko,</u>) kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml	chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, żyto,</u>) masło ex 10 g (<u>mleko,</u>) jajko gotowane 50 g (<u>jaja,</u>) salatka makaronowa z papryka 100 g (<u>pszenica, jaja, gorczyca,</u>) napar z herbaty czarnej bez cukru z cytryna 200 ml	mus warzywno-owocowy 100 g	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 2 025,1 Bialko ogółem [g] 103,8 Tluszcz [g] 58,8 Weglowodany ogółem [g] 278,8 Blonnik pokarmowy [g] 24,4 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sód [mg] 1 756,4
	Z ogr. latwp. węglowod. (cukrzycowa) C03	platkі owsiane na mleku 350 ml (<u>mleko, owies,</u>) chleb pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, sezam, żyto,</u>) masło smietankowe 10 g (<u>mleko,</u>) szynka z kurczaka 50 g (<u>pszenica, soja,</u>) pomidor 100 g kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (<u>mleko, żyto, jęczmien,</u>)	skyr owocowy bez cukru 140 g (<u>mleko,</u>)	zupa grysikowa 300 g (<u>pszenica, mleko, seler,</u>) bitka drobiowa duszona 110 g (<u>seler,</u>) sos jarzynowy 20 g (<u>pszenica, mleko, seler,</u>) ziemniaki gotowane 200 g (<u>mleko,</u>) salata zielona ze smietana 50 g (<u>mleko,</u>) kompot wieloowocowy bez cukru 200 ml	chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>pszenica, soja, żyto,</u>) masło ex 10 g (<u>mleko,</u>) jajko gotowane 50 g (<u>jaja,</u>) salatka makaronowa z papryka 100 g (<u>pszenica, jaja, gorczyca,</u>) napar z herbaty czarnej bez cukru z cytryna 200 ml	mus warzywno-owocowy 100 g kanapka z serem i warzywami 120 g (<u>pszenica, soja, mleko, jęczmien,</u>)	Wartosc energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,6 Bialko ogółem [g] 119,2 Tluszcz [g] 75,8 Weglowodany ogółem [g] 315,1 Blonnik pokarmowy [g] 25,6 Kwasy tluszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sód [mg] 2 258,6