

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-26 piątek 1- Podstawowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.1 / (porcja 725g) = 643,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 / (porcja 725g) = 37,40 g Tłuszcz (100g)= 3.5 / (porcja 725g) = 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 725g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 / (porcja 725g) = 61,10 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 725g) = 27,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 725g) = 15,00 g Sól (100g)= .2 / (porcja 725g) = 1,40 g		Herbata malinowa a 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka coleslaw 150g A (JA, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.4 / (porcja 1120g) = 970,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 1120g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 1120g) = 36,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 / (porcja 1120g) = 120,50 g cukry suma (100g)= 1 / (porcja 1120g) = 33,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1120g) = 26,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 1,10 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.3 / (porcja 460g) = 392,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 460g) = 19,10 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 460g) = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 460g) = 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 / (porcja 460g) = 48,60 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 460g) = 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 460g) = 5,60 g Sól (100g)= .2 / (porcja 460g) = 0,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 006,60 kcal Białko ogółem 99,90 g Tłuszcz 73,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 230,20 g cukry suma 68,60 g Błonnik pokarmowy 46,60 g Sól 3,30 g

Aceptacja:  
 STARSZY DIETETYK  
 mgr Aleksandra Czarna  
 25-04-2024

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-25 09:52:44

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-26 piątek 2-Latwostrawna	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.4 / (porcja 630g) = 563,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 / (porcja 630g) = 36,80 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 630g) = 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 630g) = 11,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 / (porcja 630g) = 51,90 g cukry suma (100g)= 3.7 / (porcja 630g) = 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 630g) = 6,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 630g) = 0,60 g		Herbata malinowa a 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 / (porcja 1120g) = 947,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 1120g) = 45,30 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 1120g) = 36,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 / (porcja 1120g) = 113,20 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 1120g) = 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1120g) = 25,70 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1120g) = 0,40 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.5 / (porcja 510g) = 407,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 510g) = 20,40 g Tłuszcz (100g)= 2.4 / (porcja 510g) = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 510g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.5 / (porcja 510g) = 37,60 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 510g) = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 510g) = 5,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 510g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 938,70 kcal Białko ogółem 102,50 g Tłuszcz 67,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 202,60 g cukry suma 59,60 g Błonnik pokarmowy 38,40 g Sól 1,50 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-25 09:52:44

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	12- Papkowala	zupa warzywna +ryż+miaso+mieso drobiowe 500ml (JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.5/(porcja 500g)= 402,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1/(porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3/(porcja 500g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4/(porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= .6/(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owsianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.9/(porcja 200g)= 133,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 200g)= 7,10 g Tłuszcz (100g)= 1.9/(porcja 200g)= 3,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 200g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3/(porcja 200g)= 16,60 g cukry suma (100g)= 1.7/(porcja 200g)= 3,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4/(porcja 200g)= 2,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g)= 0,20 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 202.7/(porcja 301g)= 614,40 kcal Białko ogółem (100g)= 9.8/(porcja 301g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 6.8/(porcja 301g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 301g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 23/(porcja 301g)= 69,70 g cukry suma (100g)= 2.9/(porcja 301g)= 8,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6.2/(porcja 301g)= 19,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+miaso+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6/(porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6/(porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6/(porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7/(porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2/(porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,40 g	zupa warzywna +ryż+miaso+mieso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5/(porcja 500g)= 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4/(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8/(porcja 500g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 500g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4/(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 021,20 kcal Białko ogółem 97,00 g Tłuszcz 72,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,20 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 32,50 g Błonnik pokarmowy 30,30 g Sól 1,10 g	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+miaso+mieso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5/(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4/(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8/(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4/(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,10 g	Ryż na mle+miaso+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6/(porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6/(porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6/(porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7/(porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2/(porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,40 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Mięso+warzywa+miaso+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 162.8/(porcja 301g)= 493,20 kcal Białko ogółem (100g)= 8/(porcja 301g)= 24,20 g Tłuszcz (100g)= 5.8/(porcja 301g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2/(porcja 301g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.6/(porcja 301g)= 53,40 g cukry suma (100g)= 2.2/(porcja 301g)= 6,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.6/(porcja 301g)= 13,90 g Sól (100g)= .1/(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+miaso+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6/(porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6/(porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6/(porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7/(porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2/(porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,40 g	zupa warzywna +ryż+miaso+mieso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5/(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4/(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8/(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4/(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0/(porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 054,00 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 61,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 262,00 g cukry suma 40,60 g Błonnik pokarmowy 23,90 g Sól 1,30 g	

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek 6-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego cukru (Cukrzycowa)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wleżozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.4 / (porcja 725g) = 59,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 / (porcja 725g) = 33,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 725g) = 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 725g) = 8,70 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 7.4 / (porcja 725g) = 52,80 g cukry suma (100g)= 2.7 / (porcja 725g) = 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 725g) = 14,90 g Sól (100g)= .2 / (porcja 725g) = 1,30 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owianymi 200g A (MLE, GLU Ows, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.9 / (porcja 260g) = 133,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 200g) = 7,40 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 200g) = 3,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 200g) = 2,20 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 8.3 / (porcja 200g) = 16,60 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 200g) = 3,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 / (porcja 200g) = 2,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Surowka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 / (porcja 1120g) = 938,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 1120g) = 43,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 1120g) = 36,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g) = 3,40 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 10.1 / (porcja 1120g) = 112,00 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 1120g) = 28,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1120g) = 26,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 1,20 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.6 / (porcja 460g) = 334,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 460g) = 18,00 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 460g) = 12,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 460g) = 6,60 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 7.6 / (porcja 460g) = 34,50 g cukry suma (100g)= .7 / (porcja 460g) = 3,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 460g) = 7,40 g Sól (100g)= .3 / (porcja 460g) = 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta z jaj z koperkiem 60g (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 192.5 / (porcja 120g) = 231,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9.8 / (porcja 120g) = 11,80 g Tłuszcz (100g)= 7.6 / (porcja 120g) = 9,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 / (porcja 120g) = 2,20 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 19 / (porcja 120g) = 22,90 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 120g) = 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 / (porcja 120g) = 4,80 g Sól (100g)= 1.5 / (porcja 120g) = 1,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 198,20 kcal Białko ogółem 113,60 g Tłuszcz 82,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Weglowodny przyswajalny 238,80 g cukry suma 55,90 g Błonnik pokarmowy 55,90 g Sól 5,90 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek GL- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.7 / (porcja 715g) = 497,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 715g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 715g) = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 715g) = 9,10 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 7.7 / (porcja 715g) = 54,70 g cukry suma (100g)= 3.5 / (porcja 715g) = 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 715g) = 4,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 715g) = 1,50 g		Herbata malinowa a 250ml A Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa (MLE) Ziemniaki 300g A Ryba gotowana 120g (RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g b/g A Surowka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.1 / (porcja 1240g) = 988,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 1240g) = 45,10 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 1240g) = 37,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1240g) = 3,40 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 9.9 / (porcja 1240g) = 123,80 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 1240g) = 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 1240g) = 30,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1240g) = 1,70 g		Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szyńka tuszowa z kurcząt 60g (SOJ) ogórek 50g Miód porcjowany 1szt=25g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.2 / (porcja 500g) = 446,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 500g) = 11,60 g Tłuszcz (100g)= 3.5 / (porcja 500g) = 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 500g) = 6,90 g Weglowodny przyswajalny (100g)= 11.9 / (porcja 500g) = 59,60 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 500g) = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 / (porcja 500g) = 1,40 g Sól (100g)= .3 / (porcja 500g) = 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 932,70 kcal Białko ogółem 82,20 g Tłuszcz 74,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,40 g Weglowodny przyswajalny 238,10 g cukry suma 58,50 g Błonnik pokarmowy 36,30 g Sól 4,60 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-04-26 piątek C1- Dieta pokostawowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 643,30 kcal Białko ogółem 37,40 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 61,10 g cukry suma 27,50 g Błonnik pokarmowy 15,00 g Sól 1,40 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR) Wartość energetyczna[kcal] 1 027,70 kcal Białko ogółem 44,80 g Tłuszcz 36,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 132,50 g cukry suma 33,90 g Błonnik pokarmowy 28,80 g Sól 1,20 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 392,40 kcal Białko ogółem 19,10 g Tłuszcz 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 48,60 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 0,80 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 063,40 kcal Białko ogółem 101,30 g Tłuszcz 73,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 242,20 g cukry suma 69,30 g Błonnik pokarmowy 49,40 g Sól 3,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-04-26 piątek C2- Dieta Latmostrawna	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 583,50 kcal Białko ogółem 36,80 g Tłuszcz 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,30 g Węglowodny przyswajalne 51,90 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 6,90 g Sól 0,60 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] 1 004,30 kcal Białko ogółem 46,80 g Tłuszcz 36,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 125,20 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,40 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Pomidór sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] 407,70 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 37,50 g cukry suma 10,10 g Błonnik pokarmowy 5,80 g Sól 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 995,50 kcal Białko ogółem 104,00 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 214,60 g cukry suma 60,30 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 1,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek C3-Ograniczenie ilości przyswajalnego węgla (Cukrzyca w stadium II)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 584,40 kcal Białko ogółem 48,90 g Tłuszcz 16,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,50 g Węglowodny przyswajalny 55,50 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 14,90 g Sól 1,20 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owianymi 300g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 310,80 kcal Białko ogółem 18,30 g Tłuszcz 4,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalny 44,80 g cukry suma 9,00 g Błonnik pokarmowy 10,10 g Sól 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 150g A (RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 806,00 kcal Białko ogółem 52,90 g Tłuszcz 28,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalny 99,50 g cukry suma 27,90 g Błonnik pokarmowy 22,20 g Sól 1,20 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 312,70 kcal Białko ogółem 18,00 g Tłuszcz 9,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalny 34,50 g cukry suma 3,10 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasła z jaj z koperkiem 50g (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 203,90 kcal Białko ogółem 10,10 g Tłuszcz 7,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalny 22,50 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 217,80 kcal Białko ogółem 148,20 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,90 g Węglowodny przyswajalny 256,80 g cukry suma 63,30 g Błonnik pokarmowy 59,40 g Sól 4,80 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 544,90 kcal Białko ogółem 34,50 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalny 52,50 g cukry suma 26,00 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 0,80 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 133,80 kcal Białko ogółem 7,10 g Tłuszcz 3,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalny 16,60 g cukry suma 3,40 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 0,20 g	Herbata malinowa a 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 100g Kotlet rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Surówka coleslaw 100g G (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 478,30 kcal Białko ogółem 18,00 g Tłuszcz 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalny 70,10 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 15,40 g Sól 0,70 g	Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 54,80 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalny 11,10 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 318,90 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalny 35,60 g cukry suma 7,00 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 530,70 kcal Białko ogółem 76,50 g Tłuszcz 47,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalny 185,90 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 32,00 g Sól 2,10 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-26 piątek ML - Bezmięcna	Herbata z cukrem 250ml A (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.7 / (porcja 600g )= 457,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 / (porcja 600g) = 12,80 g Tłuszcz (100g)= 1.6 / (porcja 600g) = 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 600g) = 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 / (porcja 600g )= 63,00 g cukry suma (100g)= 9.7 / (porcja 600g) = 57,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 600g) = 11,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 600g )= 1,50 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300ml b/m (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g b/g A Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.1 / (porcja 1220g )= 1 188,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1220g) = 49,90 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 1220g) = 42,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1220g) = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 / (porcja 1220g )= 153,30 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 1220g) = 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 / (porcja 1220g) = 36,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1220g) = 0,60 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Szyunka bostowa z kurczak 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.3 / (porcja 500g )= 346,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 500g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= 1.1 / (porcja 500g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 500g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 / (porcja 500g) = 38,40 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 500g) = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 500g) = 5,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 500g )= 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 992,10 kcal Białko ogółem 82,50 g Tłuszcz 57,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 254,70 g cukry suma 83,90 g Błonnik pokarmowy 54,20 g Sól 2,60 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-26 piątek Wle - Weganizacja	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 / (porcja 700g )= 604,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5.3 / (porcja 700g) = 37,50 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 700g) = 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 700g) = 11,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 / (porcja 700g) = 54,80 g cukry suma (100g)= 3.7 / (porcja 700g) = 26,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 700g) = 8,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 700g )= 0,70 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Surowka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.4 / (porcja 1120g )= 970,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 1120g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 1120g) = 36,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 / (porcja 1120g )= 120,50 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 1120g) = 33,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1120g) = 26,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 1,10 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97 / (porcja 500g) = 484,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 500g) = 12,00 g Tłuszcz (100g)= 3.5 / (porcja 500g) = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 500g) = 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 / (porcja 500g )= 53,60 g cukry suma (100g)= 9.7 / (porcja 500g) = 48,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 500g) = 9,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 500g )= 1,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 059,70 kcal Białko ogółem 92,90 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 228,90 g cukry suma 108,10 g Błonnik pokarmowy 44,10 g Sól 3,30 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek 7-kontibowana zawartość kw. tłuszczowych (sercowa)	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb wielozłazmisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Papryka świeża 80g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 568,50 kcal Białko ogółem 37,30 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,60 g Węglowodny przyswajalne 61,00 g cukry suma 27,40 g Błonnik pokarmowy 15,00 g Sól 1,40 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 970,90 kcal Białko ogółem 43,40 g Tłuszcz 36,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 120,50 g cukry suma 33,20 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 1,10 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 425,60 kcal Białko ogółem 19,10 g Tłuszcz 15,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 48,60 g cukry suma 7,90 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 0,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 965,00 kcal Białko ogółem 99,80 g Tłuszcz 69,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,40 g Węglowodny przyswajalne 230,10 g cukry suma 68,50 g Błonnik pokarmowy 48,60 g Sól 3,40 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek 9-Bogatobiałkowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 583,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 /porcja 630g = 36,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 630g = 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /porcja 630g = 11,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 630g = 51,90 g cukry suma (100g)= 3.7 /porcja 630g = 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 630g = 6,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 630g = 0,60 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owsianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.9 /porcja 200g = 133,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 200g = 7,10 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 200g = 3,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 200g = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 200g = 16,60 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 200g = 3,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /porcja 200g = 2,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g = 0,20 g	Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /porcja 1120g = 947,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 1120g = 45,30 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /porcja 1120g = 36,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 1120g = 113,20 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1120g = 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 1120g = 25,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,40 g	Skyr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.3 /porcja 150g = 96,50 kcal Białko ogółem (100g)= 12.1 /porcja 150g = 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g = 0 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g = 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.1 /porcja 150g = 6,20 g cukry suma (100g)= 4.1 /porcja 150g = 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g = 0 g Sól (100g)= .1 /porcja 150g = 0,20 g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.5 /porcja 510g = 407,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 510g = 20,40 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 510g = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 510g = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.5 /porcja 510g = 37,50 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 510g = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 510g = 5,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 510g = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 168,50 kcal Białko ogółem 127,60 g Tłuszcz 71,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 225,40 g cukry suma 69,20 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 1,90 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.



Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-26 piątek 3-Latwiejszyna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,4 / (porcja 620g) = 508,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,9 / (porcja 620g) = 36,70 g Tłuszcz (100g)= 1,7 / (porcja 620g) = 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 / (porcja 620g) = 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 / (porcja 620g) = 51,80 g cukry suma (100g)= 3,7 / (porcja 620g) = 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 620g) = 6,90 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 620g) = 0,60 g		Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,5 / (porcja 1220g) = 1 031,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1220g) = 43,70 g Tłuszcz (100g)= 1,7 / (porcja 1220g) = 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 1220g) = 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6 / (porcja 1220g) = 170,10 g cukry suma (100g)= 5 / (porcja 1220g) = 62,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 / (porcja 1220g) = 30,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1220g) = 0,40 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,5 / (porcja 510g) = 407,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 / (porcja 510g) = 20,40 g Tłuszcz (100g)= 2,4 / (porcja 510g) = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 510g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 / (porcja 510g) = 37,50 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 510g) = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 510g) = 5,80 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 510g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 947,90 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 44,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,70 g Węglowodny przyswajalne 259,40 g cukry suma 96,20 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 1,50 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego Jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-26 piątek 4-Latwiejszyna z ogr.sub.pobardz.wydj.soku.zodajk.	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113,1 / (porcja 465g) = 514,20 kcal Białko ogółem (100g)= 7,6 / (porcja 465g) = 34,40 g Tłuszcz (100g)= 3,9 / (porcja 465g) = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 / (porcja 465g) = 11,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 465g) = 54,70 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 465g) = 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 / (porcja 465g) = 2,90 g Sól (100g)= 0,3 / (porcja 465g) = 1,50 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami owsianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,9 / (porcja 200g) = 133,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 / (porcja 200g) = 7,40 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 200g) = 3,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 200g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 / (porcja 200g) = 16,60 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 200g) = 3,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 / (porcja 200g) = 2,80 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Herbata malinowa 250ml A Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Fasolka szparagowa duszona 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,3 / (porcja 1120g) = 947,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 / (porcja 1120g) = 45,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 / (porcja 1120g) = 36,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 1120g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 / (porcja 1120g) = 113,20 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 1120g) = 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 / (porcja 1120g) = 25,70 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1120g) = 0,40 g	Jablko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 / (porcja 150g) = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= 0,2 / (porcja 150g) = 0,30 g Tłuszcz (100g)= 0,2 / (porcja 150g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 / (porcja 150g) = 12,40 g cukry suma (100g)= 8,1 / (porcja 150g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 150g) = 1,50 g Sól (100g)= 0 / (porcja 150g) = 0 g	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,8 / (porcja 495g) = 389,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 / (porcja 495g) = 18,90 g Tłuszcz (100g)= 2,3 / (porcja 495g) = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 495g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1 / (porcja 495g) = 50,50 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 495g) = 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 / (porcja 495g) = 3,90 g Sól (100g)= 0,3 / (porcja 495g) = 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 041,10 kcal Białko ogółem 106,00 g Tłuszcz 69,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 247,40 g cukry suma 65,10 g Błonnik pokarmowy 36,80 g Sól 3,50 g

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego Jest udostępniany na prośbę pacjenta.