

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-27 sobota 1- Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.2 / (porcja 785g)= 639,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 785g) = 27,80 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 785g) = 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 785g) = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9 / (porcja 785g) = 60,80 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 785g) = 13,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 / (porcja 785g) = 14,60 g Sól (100g)= .2 / (porcja 785g)= 1,30 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Bowlinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 250g A (GLU Psz, SEL.) Sukiet warzywu duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80 / (porcja 1150g) = 888,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 1150g) = 35,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1150g) = 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1150g) = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 / (porcja 1150g)= 129,70 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1150g) = 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 / (porcja 1150g) = 29,30 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1150g)= 0,30 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.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.1 / (porcja 551g)= 544,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 / (porcja 551g) = 30,80 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 551g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 / (porcja 551g)= 63,00 g cukry suma (100g)= 4.1 / (porcja 551g) = 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 551g) = 5,90 g Sól (100g)= .2 / (porcja 551g)= 1,00 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 073,50 kcal Białko ogółem 94,40 g Tłuszcz 65,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 253,50 g cukry suma 55,40 g Błonnik pokarmowy 49,80 g Sól 2,60 g

Akceptacja:
STARSZY DIETETYK
mgr Aleksandra Czarniecka
26.04.24

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-27 sobota 2-Łagodząca	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.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.1 / (porcja 760g)= 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 760g) = 27,90 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 760g) = 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 760g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 / (porcja 760g) = 54,50 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 760g) = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 760g) = 7,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 760g)= 0,50 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Bowlinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron górowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Sukiet warzywu duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.1 / (porcja 1100g)= 889,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 / (porcja 1100g) = 38,60 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 / (porcja 1100g)= 129,40 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 17,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g)= 0,30 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 twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.4 / (porcja 551g)= 546,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 / (porcja 551g) = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 551g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 551g) = 50,00 g cukry suma (100g)= 4.1 / (porcja 551g) = 22,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 551g) = 5,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 551g)= 0,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 037,00 kcal Białko ogółem 97,90 g Tłuszcz 60,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 233,90 g cukry suma 55,00 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,50 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	12- Papkonieta	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (GLU, Psz, 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 truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1 /porcja 200g)= 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 200g)= 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 200g)= 3,90 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)= 1.5 /porcja 200g)= 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 200g)= 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g)= 0,20 g	Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 183.7 /porcja 301g)= 556,80 kcal Białko ogółem (100g)= 8.5 /porcja 301g)= 25,80 g Tłuszcz (100g)= 7.5 /porcja 301g)= 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 301g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.1 /porcja 301g)= 57,90 g cukry suma (100g)= 3.9 /porcja 301g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5 /porcja 301g)= 15,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+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+masło+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] 1 963,90 kcal Białko ogółem 93,10 g Tłuszcz 75,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 220,70 g cukry suma 35,00 g Błonnik pokarmowy 25,80 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	14- Plyma wzmożniona	zupa warzywna +ryż+masło+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	Ryż na mle+masło+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	Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Plyma (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 143.8 /porcja 301g)= 435,60 kcal Białko ogółem (100g)= 6.7 /porcja 301g)= 20,20 g Tłuszcz (100g)= 6.5 /porcja 301g)= 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /porcja 301g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7 /porcja 301g)= 41,60 g cukry suma (100g)= 3.1 /porcja 301g)= 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.4 /porcja 301g)= 10,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+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+masło+mieso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.3 /porcja 500g)= 456,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 500g)= 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 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] 2 095,40 kcal Białko ogółem 99,40 g Tłuszcz 74,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 250,20 g cukry suma 43,50 g Błonnik pokarmowy 20,30 g Sól 1,20 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota 6-Z ograniczeniem ilości przys.węgl.(Cukrzycowa)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.7 / (porcja 585g) = 486,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 / (porcja 585g) = 20,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 585g) = 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 585g) = 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.7 / (porcja 585g) = 39,20 g cukry suma (100g)= 1 / (porcja 585g) = 5,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 / (porcja 585g) = 12,80 g Sól (100g)= .2 / (porcja 585g) = 1,10 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1 / (porcja 200g) = 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 200g) = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 200g) = 3,90 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)= 1.5 / (porcja 200g) = 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 200g) = 1,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Bowlinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.2 / (porcja 1100g) = 888,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 1100g) = 41,30 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 / (porcja 1100g) = 122,70 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 1100g) = 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 / (porcja 1100g) = 30,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,30 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytno-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta warogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.6 / (porcja 551g) = 486,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.3 / (porcja 551g) = 29,70 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 551g) = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 / (porcja 551g) = 48,90 g cukry suma (100g)= 3.2 / (porcja 551g) = 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 / (porcja 551g) = 7,80 g Sól (100g)= .3 / (porcja 551g) = 1,60 g	Pieczywo żytno-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta drobiowo-warogowa z pietruszką 40g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 196.6 / (porcja 90g) = 177,20 kcal Białko ogółem (100g)= 14.6 / (porcja 90g) = 13,20 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 90g) = 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 90g) = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 26 / (porcja 90g) = 23,40 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 90g) = 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.6 / (porcja 90g) = 5,00 g Sól (100g)= 1.5 / (porcja 90g) = 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 153,30 kcal Białko ogółem 112,00 g Tłuszcz 66,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g Węglowodny przyswajalne 250,80 g cukry suma 45,10 g Błonnik pokarmowy 58,30 g Sól 4,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota GL- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.5 / (porcja 775g) = 542,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 / (porcja 775g) = 18,90 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 775g) = 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 775g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.4 / (porcja 775g) = 56,60 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 775g) = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 775g) = 3,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 775g) = 1,50 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Bowlinka 300 ml bez glutenowa (MLE, SEL.) Ziemniaki 300g A Sos mięsny pomidorowy z soczewicą b/g 200g (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.8 / (porcja 1200g) = 860,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 1200g) = 28,90 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 1200g) = 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 1200g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 / (porcja 1200g) = 145,10 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 1200g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1 / (porcja 1200g) = 38,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1200g) = 1,30 g		Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta warogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.9 / (porcja 566g) = 505,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 / (porcja 566g) = 23,70 g Tłuszcz (100g)= 3.9 / (porcja 566g) = 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 566g) = 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 / (porcja 566g) = 53,20 g cukry suma (100g)= 4.4 / (porcja 566g) = 24,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 / (porcja 566g) = 1,80 g Sól (100g)= .3 / (porcja 566g) = 1,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 907,40 kcal Białko ogółem 72,50 g Tłuszcz 60,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 254,90 g cukry suma 60,50 g Błonnik pokarmowy 44,30 g Sól 4,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-27 sobota	C1- Dieta podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 639,90 kcal Białko ogółem 27,80 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 60,80 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy 14,60 g Sól 1,30 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 920,50 kcal Białko ogółem 41,70 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 134,70 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 30,80 g Sól 0,30 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) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] 544,70 kcal Białko ogółem 30,80 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 63,00 g cukry suma 22,70 g Błonnik pokarmowy 5,90 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 105,10 kcal Białko ogółem 100,30 g Tłuszcz 64,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 258,50 g cukry suma 55,50 g Błonnik pokarmowy 51,30 g Sól 2,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 13 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-27 sobota	C2- Dieta Laktowlawna	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) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami ow sianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 600,30 kcal Białko ogółem 27,80 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 54,60 g cukry suma 13,30 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sól 0,50 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 889,60 kcal Białko ogółem 38,60 g Tłuszcz 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 129,40 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 17,00 g Sól 0,30 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 twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] 546,80 kcal Białko ogółem 31,40 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 50,00 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 5,20 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 036,70 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 60,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 234,60 g cukry suma 55,40 g Błonnik pokarmowy 30,90 g Sól 1,50 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 14 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	Ca-Ograniczenie laktozy, węglo (Culirycowalakti)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 464,90 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 39,10 g cukry suma 5,80 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 1,10 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami ow sianymi 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 przyswajalne 44,80 g cukry suma 9,00 g Błonnik pokarmowy 10,10 g Sól 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Bolvinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 250g A. (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 872,70 kcal Białko ogółem 45,20 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 129,20 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 0,30 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] 565,70 kcal Białko ogółem 44,20 g Tłuszcz 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 51,20 g cukry suma 20,20 g Błonnik pokarmowy 7,80 g Sól 1,70 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta drożdżowa-twarogowa z pietruszką 40g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 177,20 kcal Białko ogółem 13,20 g Tłuszcz 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 2,20 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 391,20 kcal Białko ogółem 141,40 g Tłuszcz 61,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,10 g Węglowodny przyswajalne 287,70 g cukry suma 53,50 g Błonnik pokarmowy 69,20 g Sól 4,70 g

Wydruk z MAFI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 15 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota	PI - Dieta Podstawowa Działająca	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 407,40 kcal Białko ogółem 17,60 g Tłuszcz 20,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 35,70 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 6,50 g Sól 0,50 g	Jogurt naturalny z owocami leśnymi i płatkami ow sianymi 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 przyswajalne 16,60 g cukry suma 3,40 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 0,20 g	Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Bolvinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 100g A (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw gotowany 100g Wartość energetyczna[kcal] 743,70 kcal Białko ogółem 32,80 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 105,70 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 17,70 g Sól 0,30 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 79,40 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 17,90 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 60g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] 378,50 kcal Białko ogółem 15,40 g Tłuszcz 12,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 47,90 g cukry suma 19,70 g Błonnik pokarmowy 3,10 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 742,80 kcal Białko ogółem 73,70 g Tłuszcz 54,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 223,80 g cukry suma 64,20 g Błonnik pokarmowy 31,50 g Sól 1,50 g

Wydruk z MAFI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 16 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 09:02:25

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-27 sobota ML - Bezsztuczna	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.9 / (porcja 715g) = 55,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 715g) = 21,00 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 715g) = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 715g) = 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7 / (porcja 715g) = 50,30 g cukry suma (100g)= 3.1 / (porcja 715g) = 22,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 715g) = 7,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 715g) = 0,40 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml bez mleczna (SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g big (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 / (porcja 1100g) = 877,60 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,30 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 1100g) = 33,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 / (porcja 1100g) = 117,20 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 1100g) = 14,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 16,40 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,30 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szyunka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mik sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.1 / (porcja 665g) = 527,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 665g) = 20,70 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 665g) = 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 665g) = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 / (porcja 665g) = 47,80 g cukry suma (100g)= 2.9 / (porcja 665g) = 19,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 665g) = 4,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 665g) = 0,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 980,80 kcal Białko ogółem 61,00 g Tłuszcz 76,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,60 g Węglowodny przyswajalne 215,30 g cukry suma 55,70 g Błonnik pokarmowy 28,60 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-27 sobota We-Wegitarianiska	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.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.1 / (porcja 760g) = 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 760g) = 27,90 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 760g) = 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 760g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 / (porcja 760g) = 54,50 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 760g) = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 760g) = 7,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 760g) = 0,50 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos pomidorowy z soczewicą i ziołami 200g big (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.4 / (porcja 1100g) = 837,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 1100g) = 26,20 g Tłuszcz (100g)= 1.4 / (porcja 1100g) = 15,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 / (porcja 1100g) = 139,60 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 1100g) = 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,90 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 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.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.4 / (porcja 551g) = 546,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 / (porcja 551g) = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 551g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 551g) = 50,00 g cukry suma (100g)= 4.1 / (porcja 551g) = 22,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 551g) = 5,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 551g) = 0,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 984,80 kcal Białko ogółem 85,50 g Tłuszcz 54,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 244,10 g cukry suma 56,20 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 1,60 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-04-27 sobota 7- kontrobowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] = 673,10 kcal Białko ogółem 27,80 g Tłuszcz 32,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 60,60 g cukry suma 13,90 g Błonnik pokarmowy 14,60 g Sól 1,30 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] = 920,50 kcal Białko ogółem 41,70 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 134,70 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 30,80 g Sól 0,30 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] = 469,90 kcal Białko ogółem 30,70 g Tłuszcz 9,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 62,90 g cukry suma 22,70 g Błonnik pokarmowy 5,90 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 083,50 kcal Białko ogółem 100,20 g Tłuszcz 59,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,80 g Węglowodny przyswajalne 258,40 g cukry suma 55,60 g Błonnik pokarmowy 51,30 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota 9- Bogatobiałkowa	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.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84 /porcja 560g)= 466,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 560g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /porcja 560g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 560g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /porcja 560g)= 38,00 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 560g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 560g)= 5,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 560g)= 0,30 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1 /porcja 200g)= 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 200g)= 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 200g)= 3,90 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)= 1.5 /porcja 200g)= 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 200g)= 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g)= 0,20 g	Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87 /porcja 1100g)= 966,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 1100g)= 40,30 g Tłuszcz (100g)= 1.7 /porcja 1100g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 /porcja 1100g)= 148,40 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 1100g)= 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1100g)= 22,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g)= 0,30 g	Serek z Inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136.4 /porcja 100g)= 136,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15.3 /porcja 100g)= 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 100g)= 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 /porcja 100g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /porcja 100g)= 9,80 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 100g)= 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 100g)= 0,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 100g)= 0,10 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 twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.4 /porcja 551g)= 546,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 /porcja 551g)= 31,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 551g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 551g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 551g)= 50,00 g cukry suma (100g)= 4.1 /porcja 551g)= 22,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 9 /porcja 551g)= 5,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 551g)= 0,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 250,30 kcal Białko ogółem 114,90 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 262,80 g cukry suma 57,20 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 1,60 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-27 sobota 3-Lalwosławna z ograniczeniem tłuszczu	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.) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,4 / (porcja 720g) = 574,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 / (porcja 720g) = 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 720g) = 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 720g) = 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 / (porcja 720g) = 55,70 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 720g) = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 720g) = 7,80 g Sól (100g)= .2 / (porcja 720g) = 1,70 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,1 / (porcja 1100g) = 889,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1100g) = 38,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 1100g) = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 / (porcja 1100g) = 129,40 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 1100g) = 17,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,30 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85 / (porcja 541g) = 472,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 / (porcja 541g) = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 1,6 / (porcja 541g) = 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 541g) = 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 541g) = 50,00 g cukry suma (100g)= 4,1 / (porcja 541g) = 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 541g) = 5,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 541g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 935,60 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 49,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 235,10 g cukry suma 54,90 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 2,70 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 2024-04-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-27 sobota 4-Lalwosławna z ogr.sib.pobudz.wyd.szku.zoładk.	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,3 / (porcja 505g) = 421,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 / (porcja 505g) = 10,60 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 505g) = 15,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 505g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 / (porcja 505g) = 52,10 g cukry suma (100g)= 1,9 / (porcja 505g) = 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 505g) = 4,00 g Sól (100g)= .5 / (porcja 505g) = 2,40 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,1 / (porcja 200g) = 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 / (porcja 200g) = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 200g) = 3,90 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)= 1,5 / (porcja 200g) = 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 200g) = 1,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Botwinka 300 ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,1 / (porcja 1100g) = 889,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1100g) = 38,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 1100g) = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 / (porcja 1100g) = 129,40 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 1100g) = 17,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,30 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 61,2 / (porcja 130g) = 79,40 kcal Białko ogółem (100g)= .6 / (porcja 130g) = 0,80 g Tłuszcz (100g)= .2 / (porcja 130g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 130g) = 0,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 / (porcja 130g) = 17,90 g cukry suma (100g)= 12,1 / (porcja 130g) = 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 130g) = 1,40 g Sól (100g)= 0 / (porcja 130g) = g	Herbata z cukrem 250ml A masło porcjowane 10g (MLE.) Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,6 / (porcja 546g) = 603,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 / (porcja 546g) = 30,10 g Tłuszcz (100g)= 4,5 / (porcja 546g) = 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 546g) = 14,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 546g) = 63,10 g cukry suma (100g)= 4,1 / (porcja 546g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 546g) = 3,30 g Sól (100g)= .3 / (porcja 546g) = 1,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 127,40 kcal Białko ogółem 87,30 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 279,10 g cukry suma 70,10 g Błonnik pokarmowy 27,60 g Sól 4,50 g	

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