

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-28	nieczłonia 1-Posiłkownia	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz, Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczone jabłka z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.6/(porcja 710g )= 732,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 710g)= 15,60 g Tłuszcz (100g)= 4.7/(porcja 710g)= 33,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3/(porcja 710g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9/(porcja 710g )= 78,00 g cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 710g)= 65,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4/(porcja 710g)= 16,80 g Sól (100g)= .3/(porcja 710g )= 2,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz, Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90/(porcja 1120g)= 999,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 37,90 g Tłuszcz (100g)= 2.1/(porcja 1120g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1120g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14/(porcja 1120g)= 155,60 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1120g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9/(porcja 1120g)= 32,50 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g)= 1,60 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Pieczywo żytnio-pszennie-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.3/(porcja 650g )= 582,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 /(porcja 650g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 2.8/(porcja 650g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 650g)= 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12/(porcja 650g)= 80,00 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 650g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 650g)= 7,90 g Sól (100g)= .2/(porcja 650g )= 1,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 314,30 kcal Białko ogółem 73,10 g Tłuszcz 75,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,20 g Węglowodny przyswajalne 313,60 g cukry suma 105,10 g Błonnik pokarmowy 57,20 g Sól 5,00 g

*Aleksandra*  
STARSZY DIETETYK  
*Aleksandra Czarna*  
mgr Aleksandra Czarna

26.04.2024

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-28	nieczłonia 2-Lalwodniownia	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, Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczone jabłka z jogurtem naturalnym i cynamonem 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.4/(porcja 685g )= 616,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 685g)= 14,90 g Tłuszcz (100g)= 3.2/(porcja 685g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 685g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 685g )= 68,20 g cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 685g)= 61,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4/(porcja 685g)= 9,30 g Sól (100g)= .3/(porcja 685g )= 1,70 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz, Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95/(porcja 1120g)= 1 056,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 1120g)= 42,80 g Tłuszcz (100g)= 3.2/(porcja 1120g)= 35,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1120g)= 5,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3/(porcja 1120g )= 126,00 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7/(porcja 1120g)= 30,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g)= 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, masło porcjowane 10g (MLE) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.6/(porcja 650g )= 584,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 650g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 2.8/(porcja 650g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 650g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1/(porcja 650g )= 67,00 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 650g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1/(porcja 650g)= 7,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 650g )= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 256,20 kcal Białko ogółem 78,00 g Tłuszcz 75,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 261,20 g cukry suma 96,70 g Błonnik pokarmowy 46,70 g Sól 2,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela 12- Paplowata	zupa warzywna +ryż+masło+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	Pieczona jabłka z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.2 /porcja 200g )= 202,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /porcja 200g )= 4,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 200g )= 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 200g )= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /porcja 200g )= 25,50 g cukry suma (100g)= 10.3 /porcja 200g )= 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 200g )= 2,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g )= 0,10 g	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208.5 /porcja 301g )= 625,70 kcal Białko ogółem (100g)= 10.2 /porcja 301g )= 31,00 g Tłuszcz (100g)= 6.3 /porcja 301g )= 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 301g )= 3,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 25 /porcja 301g )= 75,70 g cukry suma (100g)= 3.7 /porcja 301g )= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6.9 /porcja 301g )= 20,80 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] 2 101,10 kcal Białko ogółem 95,70 g Tłuszcz 76,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,70 g Węglowodny przyswajalne 247,40 g cukry suma 52,10 g Błonnik pokarmowy 31,90 g Sól 1,00 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela 14- Płynna wzmocniona	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	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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płyna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 166.5 /porcja 301g )= 504,60 kcal Białko ogółem (100g)= 8.4 /porcja 301g )= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 5.3 /porcja 301g )= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 /porcja 301g )= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.6 /porcja 301g )= 59,40 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 301g )= 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.3 /porcja 301g )= 16,10 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] 2 245,40 kcal Białko ogółem 104,60 g Tłuszcz 80,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,00 g Węglowodny przyswajalne 268,00 g cukry suma 43,00 g Błonnik pokarmowy 26,10 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela 6-Z ograniczonym natłwem przys.węgl.(Cukrzykowa)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,5 / (porcja 485g) = 469,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 485g) = 11,10 g Tłuszcz (100g)= 5,3 / (porcja 485g) = 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 485g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,9 / (porcja 485g) = 37,60 g cukry suma (100g)= 0,7 / (porcja 485g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 / (porcja 485g) = 11,70 g Sól (100g)= 0,5 / (porcja 485g) = 2,30 g	Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 / (porcja 200g) = 202,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 / (porcja 200g) = 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,7 / (porcja 200g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7 / (porcja 200g) = 25,50 g cukry suma (100g)= 10,3 / (porcja 200g) = 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 200g) = 0,10 g	Herbata bez cukru 250 ml Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,9 / (porcja 1120g) = 98,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 1120g) = 38,00 g Tłuszcz (100g)= 2,1 / (porcja 1120g) = 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 / (porcja 1120g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 / (porcja 1120g) = 152,60 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 1120g) = 20,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 / (porcja 1120g) = 32,50 g Sól (100g)= 0,1 / (porcja 1120g) = 1,60 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 524,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 / (porcja 650g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 650g) = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 650g) = 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 / (porcja 650g) = 65,90 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 650g) = 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 650g) = 9,70 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 650g) = 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 60g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 160 / (porcja 120g) = 192,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10,7 / (porcja 120g) = 12,80 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 120g) = 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,6 / (porcja 120g) = 23,60 g cukry suma (100g)= 2,5 / (porcja 120g) = 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,5 / (porcja 120g) = 5,40 g Sól (100g)= 0,8 / (porcja 120g) = 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 376,60 kcal Białko ogółem 85,00 g Tłuszcz 79,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 305,20 g cukry suma 58,60 g Błonnik pokarmowy 61,60 g Sól 6,40 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela GL- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 / (porcja 700g) = 634,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,2 / (porcja 700g) = 15,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 / (porcja 700g) = 29,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 / (porcja 700g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 / (porcja 700g) = 74,40 g cukry suma (100g)= 9,3 / (porcja 700g) = 66,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 / (porcja 700g) = 6,50 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 700g) = 1,60 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL.) Ryz biały 200g Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g b/g (JAJ.) Sos naturalny 120g b/m A Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,3 / (porcja 921g) = 1 002,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 / (porcja 921g) = 41,60 g Tłuszcz (100g)= 2,6 / (porcja 921g) = 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 / (porcja 921g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,8 / (porcja 921g) = 143,80 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 921g) = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 / (porcja 921g) = 20,20 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 921g) = 1,50 g			Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,6 / (porcja 665g) = 497,30 kcal Białko ogółem (100g)= 1,9 / (porcja 665g) = 12,50 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 665g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 665g) = 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 / (porcja 665g) = 70,20 g cukry suma (100g)= 2,7 / (porcja 665g) = 17,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 / (porcja 665g) = 3,70 g Sól (100g)= 0,2 / (porcja 665g) = 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 133,80 kcal Białko ogółem 70,00 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,80 g Węglowodny przyswajalne 288,40 g cukry suma 105,90 g Błonnik pokarmowy 30,40 g Sól 4,70 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela C1- Dieta podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Babon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczony jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 732,70 kcal Białko ogółem 15,60 g Tłuszcz 33,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 78,80 g cukry suma 65,50 g Błonnik pokarmowy 16,80 g Sól 2,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka meksykańska 150g A (JAJ GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 999,50 kcal Białko ogółem 37,90 g Tłuszcz 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 155,60 g cukry suma 23,30 g Błonnik pokarmowy 32,50 g Sól 1,60 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 rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] 582,10 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 80,00 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 7,90 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 314,30 kcal Białko ogółem 73,10 g Tłuszcz 75,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,20 g Węglowodny przyswajalne 313,60 g cukry suma 105,10 g Błonnik pokarmowy 57,20 g Sól 5,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela C2- Dieta Latwostrawna	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.) Babon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczony jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 693,40 kcal Białko ogółem 15,70 g Tłuszcz 27,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 71,80 g cukry suma 64,50 g Błonnik pokarmowy 10,00 g Sól 1,70 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] 1 056,00 kcal Białko ogółem 42,80 g Tłuszcz 35,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,10 g Węglowodny przyswajalne 126,00 g cukry suma 19,40 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sól 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.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] 584,20 kcal Białko ogółem 20,30 g Tłuszcz 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 67,00 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 333,60 kcal Białko ogółem 78,80 g Tłuszcz 81,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 264,80 g cukry suma 100,20 g Błonnik pokarmowy 47,40 g Sól 2,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela C3-Ograniczenie łatwoprzys. węgl.(Cukrzyca/Makit)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Baton szynkowy z kurczakiem 60g (GLU Jęcz.) Ser żółty 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] 629,70 kcal Białko ogółem 24,70 g Tłuszcz 36,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,20 g Węglowodny przyswajalne 37,50 g cukry suma 3,10 g Błonnik pokarmowy 11,70 g Sól 3,00 g	Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 250,60 kcal Białko ogółem 15,90 g Tłuszcz 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,10 g Węglowodny przyswajalne 24,70 g cukry suma 0,10 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,50 g	Herbata bez cukru 250 ml Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jagęczna gotowana 200g A (GLU Psz.) Pieczeń ryżowa wieprzowa pieczona 150g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 1 119,00 kcal Białko ogółem 48,10 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 173,60 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 1,70 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 200g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] 448,60 kcal Białko ogółem 46,90 g Tłuszcz 5,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,90 g Węglowodny przyswajalne 65,90 g cukry suma 11,40 g Błonnik pokarmowy 9,70 g Sól 1,70 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 50g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 60g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 171,80 kcal Białko ogółem 12,10 g Tłuszcz 4,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 19,90 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 619,70 kcal Białko ogółem 147,70 g Tłuszcz 77,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,40 g Węglowodny przyswajalne 321,60 g cukry suma 38,20 g Błonnik pokarmowy 67,10 g Sól 7,70 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Baton szynkowy z kurczakiem 60g (GLU Jęcz.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] 431,90 kcal Białko ogółem 8,20 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 44,60 g cukry suma 43,50 g Błonnik pokarmowy 8,20 g Sól 1,70 g	Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 202,40 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,50 g Węglowodny przyswajalne 25,50 g cukry suma 20,60 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,10 g	herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jagczmienna gotowana 100g (GLU Psz.) Pieczeń ryżowa pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka meksykańska 100g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 779,50 kcal Białko ogółem 35,50 g Tłuszcz 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 102,60 g cukry suma 19,60 g Błonnik pokarmowy 20,30 g Sól 1,20 g	Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 51,00 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 10,80 g cukry suma 7,70 g Błonnik pokarmowy 1,80 g Sól g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 60g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] 473,80 kcal Białko ogółem 12,50 g Tłuszcz 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 63,20 g cukry suma 15,30 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 938,60 kcal Białko ogółem 61,60 g Tłuszcz 67,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 106,70 g Błonnik pokarmowy 37,50 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela	Mł-Bezmielczna	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 Babon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.9 / (porcja 640g) = 58,60 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 640g) = 11,50 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 640g) = 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 640g) = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 / (porcja 640g) = 58,70 g cukry suma (100g)= 9 / (porcja 640g) = 56,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 640g) = 9,10 g Sól (100g)= .3 / (porcja 640g) = 1,60 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL, GLU Psz.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g b/g (JAJ.) Sos naturalny 120g b/m A marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.3 / (porcja 1170g) = 814,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 1170g) = 32,40 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 1170g) = 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1170g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 / (porcja 1170g) = 102,80 g cukry suma (100g)= 2.8 / (porcja 1170g) = 31,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1170g) = 21,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1170g) = 0,70 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 pasta rybna pomidorowa z warzywami 120g b/m (RYB, SEL.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.3 / (porcja 675g) = 595,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 675g) = 20,20 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 675g) = 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 675g) = 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 / (porcja 675g) = 66,80 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 675g) = 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 675g) = 7,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 675g) = 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 990,80 kcal Białko ogółem 64,10 g Tłuszcz 68,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 228,40 g cukry suma 103,70 g Błonnik pokarmowy 37,90 g Sól 2,90 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela	Wę-Wegetariańska	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.) Ser żółty 60g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczony jabłko z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117.1 / (porcja 685g) = 780,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 685g) = 27,10 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 685g) = 35,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 685g) = 16,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 / (porcja 685g) = 70,10 g cukry suma (100g)= 9.7 / (porcja 685g) = 64,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 685g) = 10,00 g Sól (100g)= .2 / (porcja 685g) = 1,20 g		Herbata malinowa 250ml A Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pszczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Jajko sadzone 2szt (JAJ.) Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.6 / (porcja 1000g) = 966,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 / (porcja 1000g) = 28,40 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 1000g) = 29,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 1000g) = 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.4 / (porcja 1000g) = 144,00 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 1000g) = 24,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 / (porcja 1000g) = 29,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1000g) = 1,50 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 Pasta rybna pomidorowa z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.6 / (porcja 655g) = 617,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 655g) = 20,30 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 655g) = 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 655g) = 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 / (porcja 655g) = 67,00 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 655g) = 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 655g) = 7,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 655g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 364,00 kcal Białko ogółem 75,80 g Tłuszcz 87,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,30 g Węglowodny przyswajalne 281,10 g cukry suma 104,90 g Błonnik pokarmowy 46,40 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych( sercowa)	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 115g ( <i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Baton szynkowy z kurcząt 60g ( <i>GLU Jęcz</i> ) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczone jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g ( <i>MLE</i> ) Wartość energetyczna[kcal] 765,90 kcal Białko ogółem 15,60 g Tłuszcz 37,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 78,00 g cukry suma 65,50 g Błonnik pokarmowy 16,80 g Sól 2,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A ( <i>GLU Psz, MLE, SEL</i> ) Kasza pęczak gotowana 200g A ( <i>GLU Psz</i> ) Pieczeń rzymska pieczona 100g ( <i>GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz</i> ) Sos naturalny 120g A ( <i>GLU Psz, MLE</i> ) Surówka meksykańska 150g A ( <i>JAJ, GOR</i> ) Wartość energetyczna[kcal] 999,50 kcal Białko ogółem 37,90 g Tłuszcz 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 155,60 g cukry suma 23,30 g Błonnik pokarmowy 32,50 g Sól 1,60 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g ( <i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g ( <i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A ( <i>JAJ, RYB, SEL, GOR</i> ) Sok wielowarzywny 200 ml ( <i>SEL</i> ) Wartość energetyczna[kcal] 507,30 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,20 g Węglowodny przyswajalne 79,90 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 7,90 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 272,70 kcal Białko ogółem 73,10 g Tłuszcz 70,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,40 g Węglowodny przyswajalne 313,50 g cukry suma 105,00 g Błonnik pokarmowy 57,20 g Sól 5,00 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 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-28 niedziela 9-Bogatobiałkowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g ( <i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ) Chleb graham 30g ( <i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i> ) masło porcjowane 10g ( <i>MLE</i> ) Baton szynkowy z kurcząt 60g ( <i>GLU Jęcz</i> ) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,1/(porcja 485g )= 491,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 485g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 485g)= 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7/(porcja 485g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7/(porcja 485g)= 46,30 g cukry suma (100g)= 9,2 /(porcja 485g)= 43,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 485g)= 7,60 g Sól (100g)= .3/(porcja 485g )= 1,60 g	Pieczone jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 300g ( <i>MLE</i> ) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,1/(porcja 300g )= 227,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 300g)= 9,50 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 300g)= 6,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 300g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6/(porcja 300g )= 32,10 g cukry suma (100g)= 6,8 /(porcja 300g)= 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9/(porcja 300g)= 2,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 300g )= 0,30 g	herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A ( <i>GLU Psz, MLE, SEL</i> ) kasza jęczmienna 200g ( <i>GLU Psz</i> ) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g ( <i>GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz</i> ) Sos naturalny 120g A ( <i>GLU Psz, MLE</i> ) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98/(porcja 1170g)= 1 089,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 1170g)= 54,30 g Tłuszcz (100g)= 1,9/(porcja 1170g)= 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4/(porcja 1170g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,6/(porcja 1170g )= 151,00 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 1170g)= 20,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,4/(porcja 1170g)= 37,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 1170g)= 0,70 g	Jogurt naturalny 200g ( <i>MLE</i> ) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 54/(porcja 200g)= 108,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 200g)= 7,60 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 200g)= 4,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4/(porcja 200g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1/(porcja 200g)= 10,20 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 200g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 200g)= 0,40 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g )= 0,30 g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g ( <i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ) Chleb graham 30g ( <i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i> ) masło porcjowane 10g ( <i>MLE</i> ) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A ( <i>JAJ, RYB, SEL, GOR</i> ) Sok wielowarzywny 200 ml ( <i>SEL</i> ) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,6/(porcja 650g )= 584,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 650g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 2,8/(porcja 650g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 650g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1/(porcja 650g )= 67,00 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 650g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 650g)= 7,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 650g )= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 499,80 kcal Białko ogółem 102,90 g Tłuszcz 68,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,70 g Węglowodny przyswajalne 306,60 g cukry suma 100,80 g Błonnik pokarmowy 55,50 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-04-28 niedziela 3-Latwostrawna 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), Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pieczona jabłka z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104 / (porcja 685g) = 693,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 685g) = 15,70 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 685g) = 27,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 685g) = 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 / (porcja 685g) = 71,80 g cukry suma (100g)= 9.7 / (porcja 685g) = 64,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 685g) = 10,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 685g) = 1,70 g		herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.2 / (porcja 1000g) = 801,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 / (porcja 1000g) = 38,40 g Tłuszcz (100g)= 1.5 / (porcja 1000g) = 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.4 / (porcja 1000g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 / (porcja 1000g) = 114,30 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 1000g) = 18,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 / (porcja 1000g) = 27,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 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) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR) Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.5 / (porcja 640g) = 509,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 640g) = 20,20 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 640g) = 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 / (porcja 640g) = 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 / (porcja 640g) = 66,90 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 640g) = 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 640g) = 7,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 640g) = 0,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 004,30 kcal Białko ogółem 74,30 g Tłuszcz 52,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,30 g Węglowodny przyswajalne 253,00 g cukry suma 99,30 g Błonnik pokarmowy 44,70 g Sól 2,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-28 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-04-28 niedziela 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku zolejki.	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz), masło porcjowane 10g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz), Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.2 / (porcja 470g) = 472,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 / (porcja 470g) = 9,80 g Tłuszcz (100g)= 3.9 / (porcja 470g) = 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 470g) = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 / (porcja 470g) = 59,30 g cukry suma (100g)= 9.2 / (porcja 470g) = 43,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 470g) = 5,70 g Sól (100g)= .5 / (porcja 470g) = 2,50 g	Pieczona jabłka z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.2 / (porcja 200g) = 202,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 200g) = 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 7 / (porcja 200g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 / (porcja 200g) = 25,50 g cukry suma (100g)= 10.3 / (porcja 200g) = 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g	herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE), marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95 / (porcja 1120g) = 1 056,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 1120g) = 42,80 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 1120g) = 35,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1120g) = 5,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 / (porcja 1120g) = 126,00 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 1120g) = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 / (porcja 1120g) = 30,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 0,60 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 20 / (porcja 200g) = 40,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1 / (porcja 200g) = 2,00 g Tłuszcz (100g)= .5 / (porcja 200g) = 1,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3 / (porcja 200g) = 6,00 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 200g) = 6,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 200g) = 0 g Sól (100g)= 0 / (porcja 200g) = 0 g	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz), masło porcjowane 10g (MLE) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120.9 / (porcja 435g) = 525,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 435g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.9 / (porcja 435g) = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 435g) = 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17 / (porcja 435g) = 74,00 g cukry suma (100g)= 2.3 / (porcja 435g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 435g) = 5,20 g Sól (100g)= .4 / (porcja 435g) = 1,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 296,40 kcal Białko ogółem 76,00 g Tłuszcz 80,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 290,80 g cukry suma 99,60 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 4,70 g