

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	1-Podstawowa	Chleb wielozłarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.7 /(porcja 655g)= 618,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 655g)= 30,00 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 655g)= 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 655g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 655g)= 62,10 g cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 655g)= 22,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 655g)= 12,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 655g)= 2,20 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.7 /(porcja 1000g)= 897,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1000g)= 45,20 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 1000g)= 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g)= 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /(porcja 1000g)= 116,80 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1000g)= 21,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1000g)= 17,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 1,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.9 /(porcja 510g)= 639,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 510g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 510g)= 47,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 510g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 154,80 kcal Białko ogółem 91,80 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 226,70 g cukry suma 55,80 g Błonnik pokarmowy 35,00 g Sól 5,70 g

akcept. du. 24.10.25r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.9 /(porcja 630g)= 599,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 630g)= 29,90 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 630g)= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 630g)= 11,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 630g)= 70,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 630g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 630g)= 6,60 g Sól (100g)= .3 /(porcja 630g)= 1,70 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.9 /(porcja 1000g)= 848,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1000g)= 45,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 1000g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 1000g)= 96,60 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1000g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1000g)= 23,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.9 /(porcja 510g)= 639,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 510g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 510g)= 47,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 510g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 087,10 kcal Białko ogółem 91,80 g Tłuszcz 64,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 214,50 g cukry suma 50,80 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 4,30 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,9 /porcja 480g)= 480,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /porcja 480g)= 29,00 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 480g)= 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /porcja 480g)= 63,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /porcja 480g)= 3,60 g Sól (100g)= ,6 /porcja 480g)= 2,90 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,5 /porcja 300g)= 110,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1,4 /porcja 300g)= 4,10 g Tłuszcz (100g)= ,8 /porcja 300g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,8 /porcja 300g)= 17,50 g cukry suma (100g)= 5,7 /porcja 300g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /porcja 300g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 300g)= 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w wodzie 100g A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,4 /porcja 1000g)= 763,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 1000g)= 46,60 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1000g)= 15,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /porcja 1000g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 1000g)= 97,80 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1000g)= 23,20 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1000g)= 0,70 g	Skyr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,3 /porcja 150g)= 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,1 /porcja 150g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g)= 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)= g Sól (100g)= ,1 /porcja 150g)= 0,20 g	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 /porcja 460g)= 403,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 460g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /porcja 460g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 460g)= 59,60 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= ,5 /porcja 460g)= 2,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 854,20 kcal Białko ogółem 115,20 g Tłuszcz 38,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,70 g Węglowodny przyswajalne 245,00 g cukry suma 60,30 g Błonnik pokarmowy 31,70 g Sól 6,10 g	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku.zbielądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,6/(porcja 465g)= 502,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6/(porcja 465g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3/(porcja 465g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4/(porcja 465g)= 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7/(porcja 465g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 2,6/(porcja 465g)= 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6/(porcja 465g)= 2,90 g Sól (100g)= .6/(porcja 465g)= 2,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2/(porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6/(porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1,3/(porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,4/(porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3,4/(porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1/(porcja 150g)= 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w wodzie 100g A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,2/(porcja 1000g)= 871,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7/(porcja 1000g)= 46,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7/(porcja 1000g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1000g)= 3,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8/(porcja 1000g)= 97,80 g cukry suma (100g)= 1,7/(porcja 1000g)= 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3/(porcja 1000g)= 23,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g)= 0,70 g	Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8/(porcja 150g)= 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2/(porcja 150g)= 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2/(porcja 150g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0/(porcja 150g)= 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)= g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6/(porcja 445g)= 425,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5/(porcja 445g)= 15,70 g Tłuszcz (100g)= 3,9/(porcja 445g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 445g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8/(porcja 445g)= 49,10 g cukry suma (100g)= 1,5/(porcja 445g)= 7,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6/(porcja 445g)= 2,70 g Sól (100g)= .4/(porcja 445g)= 1,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 910,20 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 66,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,30 g Węglowodny przyswajalne 217,70 g cukry suma 53,30 g Błonnik pokarmowy 30,30 g Sól 5,30 g	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+zi emniaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 037,80 kcal Białko ogółem 115,40 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,60 g Węglowodny przyswajalne 234,90 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych (sercowa)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 589,50 kcal Białko ogółem 29,40 g Tłuszcz 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 56,70 g cukry suma 22,30 g Błonnik pokarmowy 13,80 g Sól 2,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 897,30 kcal Białko ogółem 45,20 g Tłuszcz 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 116,80 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 17,50 g Sól 1,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 617,70 kcal Białko ogółem 16,50 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 104,50 kcal Białko ogółem 91,10 g Tłuszcz 64,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,60 g Węglowodny przyswajalne 221,30 g cukry suma 55,90 g Błonnik pokarmowy 36,80 g Sól 5,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 7 z 16

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118,3 /(porcja 540g)= 622,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,9 /(porcja 540g)= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 540g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 540g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /(porcja 540g)= 61,40 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 540g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 540g)= 4,50 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 540g)= 1,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,9 /(porcja 1000g)= 45,30 g Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 1000g)= 25,60 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 1000g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 1000g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /(porcja 1000g)= 96,60 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 1000g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1000g)= 23,70 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1000g)= 0,60 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /(porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /(porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 100g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 100g)= g Sól (100g)= ,1 /(porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127,9 /(porcja 510g)= 639,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 510g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 510g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 510g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 /(porcja 510g)= 47,80 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 510g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 510g)= 2,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 294,20 kcal Białko ogółem 106,30 g Tłuszcz 71,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,00 g Węglowodny przyswajalne 234,10 g cukry suma 58,50 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 4,40 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 8 z 16

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	6-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgl.(Cukrzycowa)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,3 /(porcja 505g) = 486,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 505g) = 24,90 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /(porcja 505g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 505g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,8 /(porcja 505g) = 39,10 g cukry suma (100g)= 1,1 /(porcja 505g) = 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /(porcja 505g) = 11,60 g Sól (100g)= .5 /(porcja 505g) = 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /(porcja 300g) = 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 300g) = 4,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 300g) = 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g) = 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /(porcja 300g) = 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 300g) = 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 300g) = 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,5 /(porcja 1000g) = 864,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 1000g) = 45,20 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 1000g) = 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g) = 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 1000g) = 108,30 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1000g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 1000g) = 17,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,60 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123,7 /(porcja 510g) = 618,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 510g) = 17,30 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 510g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 510g) = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /(porcja 510g) = 41,70 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 510g) = 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 510g) = 6,30 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g) = 2,00 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 212,3 /(porcja 120g) = 255,70 kcal Białko ogółem (100g)= 12,7 /(porcja 120g) = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 8,8 /(porcja 120g) = 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6,2 /(porcja 120g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,9 /(porcja 120g) = 23,90 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 120g) = 2,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,4 /(porcja 120g) = 5,30 g Sól (100g)= .5 /(porcja 120g) = 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 330,30 kcal Białko ogółem 107,50 g Tłuszcz 78,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,80 g Węglowodny przyswajalne 228,30 g cukry suma 46,80 g Błonnik pokarmowy 42,80 g Sól 6,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,9 /(porcja 705g) = 549,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /(porcja 705g) = 25,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 705g) = 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 705g) = 11,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,4 /(porcja 705g) = 52,60 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 705g) = 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 705g) = 3,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 705g) = 2,50 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,9 /(porcja 1000g) = 118,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 /(porcja 1000g) = 57,30 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 1000g) = 31,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g) = 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /(porcja 1000g) = 141,10 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 1000g) = 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1000g) = 24,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,60 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,3 /(porcja 525g) = 601,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 525g) = 9,40 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 525g) = 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 525g) = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,3 /(porcja 525g) = 38,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 525g) = 13,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /(porcja 525g) = 1,30 g Sól (100g)= .5 /(porcja 525g) = 2,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 269,90 kcal Białko ogółem 92,30 g Tłuszcz 77,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,60 g Węglowodny przyswajalne 232,10 g cukry suma 57,70 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 6,70 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-22 09:25:22

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	ML- Bezmleczna						
	Herbata z cukrem 250ml A chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /(porcja 570g)= 458,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 570g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 570g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 570g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /(porcja 570g)= 65,10 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 570g)= 16,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 570g)= 6,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.6 /(porcja 1050g)= 1 016,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1050g)= 48,20 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 1050g)= 40,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1050g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 1050g)= 101,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1050g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1050g)= 24,00 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1050g)= 1,10 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.5 /(porcja 510g)= 617,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 510g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 510g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 510g)= 47,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 510g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 092,10 kcal Białko ogółem 85,00 g Tłuszcz 67,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,90 g Węglowodny przyswajalne 214,50 g cukry suma 44,60 g Błonnik pokarmowy 36,00 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	We- Vegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE,</i>) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE,</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.6 /(porcja 655g)= 677,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 655g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 655g)= 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 655g)= 12,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 /(porcja 655g)= 90,60 g cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 655g)= 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 655g)= 6,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 655g)= 0,60 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Pierogi z soczewicą 200g (<i>GLU Psz, MLE,</i>) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR,</i>) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.3 /(porcja 900g)= 720,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /(porcja 900g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 900g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 900g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.3 /(porcja 900g)= 165,90 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 900g)= 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 900g)= 10,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 900g)= 3,20 g	Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Sałatka bawarska 150g (<i>JAJ, GOR,</i>) Jabiko 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.7 /(porcja 650g)= 711,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 650g)= 11,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 650g)= 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 650g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /(porcja 650g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 650g)= 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 650g)= 7,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 650g)= 1,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 109,30 kcal Białko ogółem 56,80 g Tłuszcz 58,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 314,30 g cukry suma 68,60 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 5,70 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 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	C1- Dieta podstawowa	Chleb wielozłazmsty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenney 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 618,10 kcal Białko ogółem 30,00 g Tłuszcz 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 62,10 g cukry suma 22,10 g Błonnik pokarmowy 12,00 g Sól 2,20 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 897,30 kcal Białko ogółem 45,20 g Tłuszcz 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 116,80 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 17,50 g Sól 1,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenney 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 639,40 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 154,80 kcal Białko ogółem 91,80 g Tłuszcz 67,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 226,70 g cukry suma 55,80 g Błonnik pokarmowy 35,00 g Sól 5,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	C2- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenney 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 599,10 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalne 70,10 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,70 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 002,00 kcal Białko ogółem 47,70 g Tłuszcz 36,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,30 g Węglowodny przyswajalne 107,60 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 25,80 g Sól 0,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenney 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 639,40 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 12,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 240,50 kcal Białko ogółem 94,20 g Tłuszcz 74,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 225,50 g cukry suma 51,10 g Błonnik pokarmowy 37,90 g Sól 4,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	C3-Ograniczenie łatw.przys. węgló(CukrzycowaMalki)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 563,90 kcal Białko ogółem 35,60 g Tłuszcz 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 40,80 g cukry suma 8,00 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 2,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 104,80 kcal Białko ogółem 4,80 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 15,30 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 843,60 kcal Białko ogółem 62,20 g Tłuszcz 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,30 g Węglowodny przyswajalne 106,30 g cukry suma 5,70 g Błonnik pokarmowy 17,80 g Sól 0,40 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 80g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 593,50 kcal Białko ogółem 22,80 g Tłuszcz 12,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 42,70 g cukry suma 7,40 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 2,50 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 255,70 kcal Białko ogółem 15,30 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,90 g cukry suma 2,80 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 361,50 kcal Białko ogółem 140,70 g Tłuszcz 66,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,20 g Węglowodny przyswajalne 229,00 g cukry suma 38,40 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 6,20 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 2025-11-01 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-01 sobota	P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wieloziarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 462,00 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 38,00 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,80 g	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza gryczana gotowana 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 656,30 kcal Białko ogółem 38,40 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 76,60 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 13,30 g Sól 1,10 g	Skyr jagodowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 14,40 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka bawrska 60g (JAJ, SEL, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 393,10 kcal Białko ogółem 11,90 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 42,70 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,00 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 685,20 kcal Białko ogółem 91,40 g Tłuszcz 54,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 184,00 g cukry suma 63,10 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 4,20 g

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