

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	1-Podstawowa	Chleb wielozłarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g pomidor 1szt 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 149 /porcja 535g = 78,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,3 /porcja 535g = 32,90 g Tłuszcz (100g)= 8 /porcja 535g = 42,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,8 /porcja 535g = 20,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 535g = 65,10 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 535g = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 535g = 14,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 535g = 1,80 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,4 /porcja 1120g = 79,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1120g = 32,30 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1120g = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /porcja 1120g = 119,90 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g = 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1120g = 25,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g = 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,1 /porcja 620g = 45,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 620g = 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 620g = 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 620g = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 620g = 59,20 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 620g = 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 620g = 7,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g = 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 028,00 kcal Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 72,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g Węglowodny przyswajalne 244,20 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 47,10 g Sól 4,40 g

diag. 05.05.25r.

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40
Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz w Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Pomidor sparzony 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129 /porcja 570g = 71,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 /porcja 570g = 30,10 g Tłuszcz (100g)= 5,5 /porcja 570g = 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 /porcja 570g = 13,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 /porcja 570g = 76,10 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 570g = 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 570g = 8,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g = 0,70 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,9 /porcja 1120g = 83,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1120g = 44,70 g Tłuszcz (100g)= .9 /porcja 1120g = 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8 /porcja 1120g = 130,90 g cukry suma (100g)= .9 /porcja 1120g = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1120g = 29,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,30 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,1 /porcja 620g = 45,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /porcja 620g = 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 620g = 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 620g = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 620g = 59,20 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 620g = 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 620g = 7,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g = 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 999,20 kcal Białko ogółem 94,10 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 266,20 g cukry suma 45,50 g Błonnik pokarmowy 45,80 g Sól 2,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40
Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz w Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Twarożek naturalny 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomidor sparzony 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 157.5/(porcja 320g)= 598,00 kcal Białko ogółem (100g)= 8/(porcja 320g)= 25,80 g Tłuszcz (100g)= 4.6/(porcja 320g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 320g)= 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 20.1/(porcja 320g)= 64,90 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 320g)= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4/(porcja 320g)= 4,40 g Sól (100g)= .6/(porcja 320g)= 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Jabko 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	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.8/(porcja 1100g)= 919,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2/(porcja 1100g)= 46,90 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 1100g)= 8,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1100g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7/(porcja 1100g)= 152,00 g cukry suma (100g)= 1/(porcja 1100g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1/(porcja 1100g)= 34,70 g Sól (100g)= 0/(porcja 1100g)= 0,40 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	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 60.2/(porcja 610g)= 376,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1/(porcja 610g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 610g)= 5,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 610g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5/(porcja 610g)= 59,10 g cukry suma (100g)= 2.9/(porcja 610g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 610g)= 7,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 610g)= 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 010,30 kcal Białko ogółem 114,10 g Tłuszcz 31,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 299,70 g cukry suma 62,60 g Błonnik pokarmowy 48,00 g Sól 3,80 g

strona 3 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudzw.wyd.soku.zbdkk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek naturalny 120g A (MLE,) Pomidor sparzony 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120.8/(porcja 555g)= 671,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1/(porcja 555g)= 28,40 g Tłuszcz (100g)= 5.3/(porcja 555g)= 29,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4/(porcja 555g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5/(porcja 555g)= 69,50 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 555g)= 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3/(porcja 555g)= 7,30 g Sól (100g)= .3/(porcja 555g)= 1,60 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	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g A Brokuły duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.9/(porcja 1120g)= 831,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 1120g)= 44,70 g Tłuszcz (100g)= .9/(porcja 1120g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8/(porcja 1120g)= 130,90 g cukry suma (100g)= .9/(porcja 1120g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7/(porcja 1120g)= 29,50 g Sól (100g)= 0/(porcja 1120g)= 0,30 g	Jabko 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 delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.7/(porcja 605g)= 433,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9/(porcja 605g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 2.2/(porcja 605g)= 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2/(porcja 605g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 605g)= 59,90 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 605g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 605g)= 4,60 g Sól (100g)= .3/(porcja 605g)= 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 046,80 kcal Białko ogółem 94,50 g Tłuszcz 54,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 277,80 g cukry suma 61,90 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sól 4,00 g

strona 4 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

Śniadanie		2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	12- Papkowiec	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	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81/(porcja 650g = 54,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 650g = 26,00 g Tłuszcz (100g)= 2.5/(porcja 650g = 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 650g = 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6/(porcja 650g)= 70,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 650g = 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3/(porcja 650g = 2,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 650g)= 0,40 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żył.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 196.9/(porcja 301g)= 596,60 kcal Białko ogółem (100g)= 9.8 /porcja 301g = 29,70 g Tłuszcz (100g)= 5.9/(porcja 301g = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 301g = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.5/(porcja 301g)= 74,10 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 301g = 7,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.4/(porcja 301g = 16,40 g Sól (100g)= .1/(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2/(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 500g = 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 500g = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 500g = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1/(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 500g = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4/(porcja 500g = 2,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,30 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] 2 472,70 kcal Białko ogółem 115,20 g Tłuszcz 84,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 302,60 g cukry suma 39,50 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 1,20 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 5 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40
Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

Śniadanie		2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 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)= 97.2/(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 500g = 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 500g = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 500g = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1/(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 500g = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4/(porcja 500g = 2,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,30 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żył.) Mieso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 156.9/(porcja 301g)= 475,40 kcal Białko ogółem (100g)= 8 /porcja 301g = 24,10 g Tłuszcz (100g)= 4.9/(porcja 301g = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2/(porcja 301g = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.1/(porcja 301g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 301g = 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8/(porcja 301g = 11,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2/(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 500g = 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 500g = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 500g = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1/(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 500g = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4/(porcja 500g = 2,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 500g)= 0,30 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] 2 342,20 kcal Białko ogółem 102,10 g Tłuszcz 81,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 290,40 g cukry suma 31,10 g Błonnik pokarmowy 23,40 g Sól 1,00 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 6 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40
Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-11 niedziela	7-kontrolowana zawartość: kw. tłuszczowych(sercowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		chleb wielozłazmsty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Twarozek naturalny 120g A (MLE.) pomidor 1szt-50g Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 654,10 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,90 g Węglowodny przyswajalne 62,70 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 16,10 g Sól 1,50 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinow a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 792,80 kcal Białko ogółem 32,30 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 119,90 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 25,30 g Sól 1,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatosow a z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,00 kcal Białko ogółem 19,40 g Tłuszcz 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,70 g Węglowodny przyswajalne 59,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 930,90 kcal Białko ogółem 81,30 g Tłuszcz 62,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,40 g Węglowodny przyswajalne 241,80 g cukry suma 55,20 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 4,10 g

strona 7 z 16

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11, niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarozek naturalny 200g A (MLE.) Pomidor sparzony 1szt-50g Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.1 /porcja 650g = 634,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /porcja 650g = 32,40 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 650g = 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 /porcja 650g = 13,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 650g = 59,00 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 650g = 13,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 650g = 5,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 650g = 0,60 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	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata malinow a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.9 /porcja 1120g = 831,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1120g = 44,70 g Tłuszcz (100g)= .9 /porcja 1120g = 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /porcja 1120g = 130,90 g cukry suma (100g)= .9 /porcja 1120g = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /porcja 1120g = 29,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,30 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 delikatosow a z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.1 /porcja 620g = 450,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 620g = 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /porcja 620g = 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 620g = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 620g = 59,20 g cukry suma (100g)= 2.9 /porcja 620g = 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 620g = 7,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g = 1,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,50 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 54,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,40 g Węglowodny przyswajalne 267,20 g cukry suma 47,20 g Błonnik pokarmowy 42,10 g Sól 2,20 g	

strona 8 z 16

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-11 niedziela		6-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego (Cukrzycowa)					
Śniadanie		2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) pomidor 1szt- 50g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.5 /porcja 535g = 581,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 535g = 24,80 g Tłuszcz (100g)= 6,7 /porcja 535g = 35,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,2 /porcja 535g = 16,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /porcja 535g = 38,00 g cukry suma (100g)= .9 /porcja 535g = 4,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 535g = 12,10 g Sól (100g)= .4 /porcja 535g = 1,80 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	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69,1 /porcja 1120g = 767,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 1120g = 38,90 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 1120g = 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /porcja 1120g = 115,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g = 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1120g = 25,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g = 1,70 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa a delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68,8 /porcja 620g = 430,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 620g = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /porcja 620g = 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 620g = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,5 /porcja 620g = 53,00 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 620g = 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 620g = 8,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 620g = 1,20 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa- wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 183,7 /porcja 140g = 258,80 kcal Białko ogółem (100g)= 8,3 /porcja 140g = 11,80 g Tłuszcz (100g)= 8,3 /porcja 140g = 11,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,4 /porcja 140g = 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17 /porcja 140g = 23,90 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 140g = 2,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 140g = 5,30 g Sól (100g)= .6 /porcja 140g = 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2092,40 kcal Białko ogółem 99,30 g Tłuszcz 75,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,00 g Węglowodny przyswajalne 235,10 g cukry suma 45,10 g Błonnik pokarmowy 50,70 g Sól 5,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

strona 9 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

Śniadanie		2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) pomidor 1 szt- 50g Mix salata z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /porcja 525g = 519,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 525g = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 6,3 /porcja 525g = 33,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,2 /porcja 525g = 17,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,6 /porcja 525g = 39,80 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 525g = 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 525g = 1,80 g Sól (100g)= .4 /porcja 525g = 2,10 g	Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa i bezmleczna (JAJ) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Surowka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata malinowa a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,8 /porcja 1220g = 1 072,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 1220g = 53,50 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /porcja 1220g = 17,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g = 2,70 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 12,8 /porcja 1220g = 160,30 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1220g = 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 /porcja 1220g = 43,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 1220g = 2,00 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szyńska łobzowa z kurcząt 60g (SOJ) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,3 /porcja 635g = 414,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /porcja 635g = 12,80 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 635g = 15,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 635g = 6,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,9 /porcja 635g = 49,60 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 635g = 19,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 635g = 3,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 635g = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 006,60 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 65,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglowodny przyswajalny 249,70 g cukry suma 50,70 g Błonnik pokarmowy 48,70 g Sól 5,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

strona 10 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-11, niedziela	ML - Bezmleczna	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.4 / (porcja 515g) = 517,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 515g) = 19,70 g Tłuszcz (100g)= 3.8 / (porcja 515g) = 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 515g) = 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 / (porcja 515g) = 56,70 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 515g) = 8,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 515g) = 4,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 515g) = 0,50 g		Barszcz biały 300ml bezmleczny (GLU Psz, SOJ, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń ryńska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa i bezmleczna (JAJ.) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 / (porcja 1220g) = 1 030,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 / (porcja 1220g) = 55,30 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 1220g) = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1220g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 / (porcja 1220g) = 160,70 g cukry suma (100g)= .9 / (porcja 1220g) = 10,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.4 / (porcja 1220g) = 42,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1220g) = 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.4 / (porcja 625g) = 484,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 625g) = 19,40 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 625g) = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 625g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 625g) = 59,20 g cukry suma (100g)= 2.9 / (porcja 625g) = 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 625g) = 7,40 g Sól (100g)= .2 / (porcja 625g) = 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 032,00 kcal Białko ogółem 94,40 g Tłuszcz 49,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 275,60 g cukry suma 38,00 g Błonnik pokarmowy 54,30 g Sól 2,20 g

strona 11 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-11, niedziela	We - Wegetariańska	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) pomidor 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 153.1 / (porcja 510g) = 765,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6.6 / (porcja 510g) = 32,30 g Tłuszcz (100g)= 7.5 / (porcja 510g) = 37,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 510g) = 20,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.6 / (porcja 510g) = 73,10 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 510g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 / (porcja 510g) = 8,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 510g) = 1,30 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Jajko sadzone 2szt (JAJ.) Ziemniaki 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.4 / (porcja 1000g) = 744,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 1000g) = 26,30 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1000g) = 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1000g) = 3,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 / (porcja 1000g) = 110,40 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 1000g) = 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 1000g) = 24,20 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.) Salatka z lososiem i topygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.5 / (porcja 690g) = 625,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 / (porcja 690g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= 3.9 / (porcja 690g) = 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 690g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 690g) = 67,60 g cukry suma (100g)= 4 / (porcja 690g) = 28,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 690g) = 7,40 g Sól (100g)= .2 / (porcja 690g) = 1,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 134,90 kcal Białko ogółem 79,00 g Tłuszcz 84,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,00 g Węglowodny przyswajalne 251,10 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 40,50 g Sól 4,50 g

strona 12 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	C1-Dieta podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) pomidor 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 784,40 kcal Białko ogółem 32,90 g Tłuszcz 42,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 65,10 g cukry suma 12,90 g Błonnik pokarmowy 14,40 g Sól 1,80 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 792,80 kcal Białko ogółem 32,30 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 119,90 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 25,30 g Sól 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 450,80 kcal Białko ogółem 19,30 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 59,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 028,00 kcal Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 72,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g Węglowodny przyswajalne 244,20 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 47,10 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 13 z 16

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela	C2-Dieta Łatwostawna	Chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twaróg naturalny 120g A (MLE.) Pomidor sparzony 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 716,80 kcal Białko ogółem 30,10 g Tłuszcz 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,70 g Węglowodny przyswajalne 76,10 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 8,90 g Sól 0,70 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 923,90 kcal Białko ogółem 47,00 g Tłuszcz 9,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 150,40 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 0,40 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 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 450,80 kcal Białko ogółem 19,30 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 59,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 091,50 kcal Białko ogółem 96,40 g Tłuszcz 53,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 285,70 g cukry suma 46,60 g Błonnik pokarmowy 50,40 g Sól 2,20 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 14 z 16

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela C3-Ograniczenie kal.przys.węgl(Cukrzcowalaki)	chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE.) pomidor 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 560,10 kcal Białko ogółem 24,70 g Tłuszcz 32,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalne 37,90 g cukry suma 4,60 g Błonnik pokarmowy 12,10 g Sól 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 54,00 kcal Białko ogółem 3,80 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 5,10 g cukry suma 5,10 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 078,10 kcal Białko ogółem 71,70 g Tłuszcz 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 152,20 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 37,30 g Sól 1,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 80g (GLU Psz, SEL, GOR.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 502,90 kcal Białko ogółem 28,20 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,50 g Węglowodny przyswajalne 53,70 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 8,20 g Sól 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 209,80 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,70 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 404,90 kcal Białko ogółem 143,50 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 273,10 g cukry suma 46,90 g Błonnik pokarmowy 62,90 g Sól 6,30 g

strona 15 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-11 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-11 niedziela P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) pomidor 1szt-50g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 679,10 kcal Białko ogółem 29,60 g Tłuszcz 39,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 51,20 g cukry suma 11,70 g Błonnik pokarmowy 9,90 g Sól 1,40 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 111,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 552,60 kcal Białko ogółem 27,30 g Tłuszcz 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 78,10 g cukry suma 10,90 g Błonnik pokarmowy 14,60 g Sól 0,90 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 10,00 g cukry suma 7,70 g Błonnik pokarmowy 1,80 g Sól g	Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 375,20 kcal Białko ogółem 16,00 g Tłuszcz 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 45,70 g cukry suma 17,30 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 768,90 kcal Białko ogółem 78,10 g Tłuszcz 66,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,50 g Węglowodny przyswajalne 201,50 g cukry suma 61,40 g Błonnik pokarmowy 31,60 g Sól 3,50 g

strona 16 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:17:40

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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