

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12, poniedziałek	1- Podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Powidła śliwkowe 1szt-30g rozdkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.8 /(porcja 725g) = 641,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 725g) = 32,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 725g) = 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 725g) = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 725g) = 73,90 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 725g) = 31,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 725g) = 10,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 725g) = 1,10 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 150g got herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.3 /(porcja 921g) = 866,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 921g) = 33,10 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 921g) = 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 921g) = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 /(porcja 921g) = 129,80 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 921g) = 26,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 921g) = 18,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 921g) = 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.9 /(porcja 530g) = 536,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 530g) = 17,50 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 530g) = 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 530g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /(porcja 530g) = 63,60 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 530g) = 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 530g) = 5,70 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g) = 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 043,80 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 63,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,60 g Węglowodny przyswajalne 267,30 g cukry suma 71,50 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 4,90 g

diag. 05.05.25

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_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.

strona 1 z 16

Wydrukował q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12, poniedziałek	2-Lawodrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Powidła śliwkowe 1szt-30g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.6 /(porcja 750g) = 635,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 750g) = 33,30 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 750g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 750g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 750g) = 84,10 g cukry suma (100g)= 4.3 /(porcja 750g) = 32,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 750g) = 5,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 750g) = 0,60 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 150g got herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.5 /(porcja 921g) = 940,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 921g) = 35,80 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 921g) = 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 921g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.4 /(porcja 921g) = 149,00 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 921g) = 28,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 921g) = 17,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 921g) = 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.5 /(porcja 530g) = 576,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 530g) = 17,20 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 530g) = 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 530g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 530g) = 62,70 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 530g) = 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 530g) = 5,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g) = 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 151,80 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 295,80 g cukry suma 74,60 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 4,50 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_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.

strona 2 z 16

Wydrukował q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12, poniedziałek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.4 / (porcja 570g) = 474,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 / (porcja 570g) = 30,20 g Tłuszcz (100g)= 1.1 / (porcja 570g) = 6,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 570g) = 3,60 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 / (porcja 570g) = 72,60 g cukry suma (100g)= 2.9 / (porcja 570g) = 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 570g) = 5,20 g Sól (100g)= .3 / (porcja 570g) = 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 45.4 / (porcja 300g) = 137,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2 / (porcja 300g) = 6,00 g Tłuszcz (100g)= 1.1 / (porcja 300g) = 3,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 / (porcja 300g) = 2,10 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 6.6 / (porcja 300g) = 20,00 g cukry suma (100g)= 6.5 / (porcja 300g) = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 300g) = 1,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 300g) = 0,20 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ryz biały 220g A Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.9 / (porcja 1020g) = 829,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 1020g) = 32,10 g Tłuszcz (100g)= 1.1 / (porcja 1020g) = 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1020g) = 2,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 / (porcja 1020g) = 145,10 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 1020g) = 25,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 1020g) = 14,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1020g) = 2,10 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 Weglowodny 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	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102 / (porcja 530g) = 537,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 530g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 3.5 / (porcja 530g) = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 530g) = 2,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 14.1 / (porcja 530g) = 73,90 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 530g) = 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 530g) = 3,40 g Sól (100g)= .6 / (porcja 530g) = 3,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 074,10 kcal Białko ogółem 103,20 g Tłuszcz 38,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Weglowodny przyswajalne 317,80 g cukry suma 80,30 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 7,60 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12, poniedziałek 4-Latwostrawna z ogr.sub pobudz.wyd.soku ziółek.	Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84 / (porcja 555g) = 466,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5 / (porcja 555g) = 27,50 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 555g) = 14,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 555g) = 8,90 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 / (porcja 555g) = 56,20 g cukry suma (100g)= 2.8 / (porcja 555g) = 15,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 555g) = 4,10 g Sól (100g)= .3 / (porcja 555g) = 1,40 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 / (porcja 150g) = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 150g) = 1,3 / (porcja 150g) = 2,00 g Tłuszcz (100g)= 1.3 / (porcja 150g) = 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 150g) = 1,40 g Weglowodny 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ryz biały 200g Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.5 / (porcja 921g) = 940,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 921g) = 35,80 g Tłuszcz (100g)= 2.2 / (porcja 921g) = 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 921g) = 3,30 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 16.4 / (porcja 921g) = 149,00 g cukry suma (100g)= 3.1 / (porcja 921g) = 28,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 / (porcja 921g) = 17,10 g Sól (100g)= .2 / (porcja 921g) = 1,80 g	Jabłko 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 Weglowodny 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	Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.2 / (porcja 515g) = 539,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 515g) = 15,20 g Tłuszcz (100g)= 5 / (porcja 515g) = 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 515g) = 7,60 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 / (porcja 515g) = 63,40 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 515g) = 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 515g) = 2,70 g Sól (100g)= .6 / (porcja 515g) = 3,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 077,00 kcal Białko ogółem 82,60 g Tłuszcz 62,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Weglowodny przyswajalne 286,10 g cukry suma 73,50 g Błonnik pokarmowy 25,40 g Sól 6,30 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 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek 12- Papkowiata	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)= 540,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 650g)= 25,00 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 187.9 / (porcja 301g)= 569,40 kcal Białko ogółem (100g)= 9.1 / (porcja 301g)= 27,40 g Tłuszcz (100g)= 7.7 / (porcja 301g)= 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 301g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.9 / (porcja 301g) = 57,40 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 301g)= 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.5 / (porcja 301g)= 16,70 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] 2 445,50 kcal Białko ogółem 112,90 g Tłuszcz 90,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 285,90 g cukry suma 39,20 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 1,20 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 147.9 / (porcja 301g)= 448,30 kcal Białko ogółem (100g)= 7.2 / (porcja 301g)= 21,90 g Tłuszcz (100g)= 6.7 / (porcja 301g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 301g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 / (porcja 301g))= 41,10 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 301g)= 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 / (porcja 301g)= 12,00 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)= 91.3 / (porcja 500g)= 456,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 500g)= 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 / (porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 / (porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 324,10 kcal Białko ogółem 99,90 g Tłuszcz 88,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglowodny przyswajalne 273,70 g cukry suma 30,80 g Błonnik pokarmowy 23,80 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek 7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	chleb wielozłazisty 115g (<i>GLU Ows, GLU Żyt.</i>) Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Twarożek z pietruszką 120g (<i>MLE</i>) Powidła śliwkowe 1szt-30g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 559,80 kcal Białko ogółem 32,30 g Tłuszcz 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 68,50 g cukry suma 31,80 g Błonnik pokarmowy 12,50 g Sól 1,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] = 54,00 kcal Białko ogółem 100g)= 2,6 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (<i>GLU Psz, JAJ</i>) Sos pieczarkowy 120ml A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 866,20 kcal Białko ogółem 33,10 g Tłuszcz 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 129,80 g cukry suma 26,20 g Błonnik pokarmowy 18,90 g Sól 1,70 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (<i>GLU Psz, RYB</i>) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 569,30 kcal Białko ogółem 17,50 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 63,60 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 995,30 kcal Białko ogółem 82,90 g Tłuszcz 60,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,80 g Węglowodny przyswajalne 261,90 g cukry suma 71,60 g Błonnik pokarmowy 37,10 g Sól 5,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek 9-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek z pietruszką 120g (<i>MLE</i>) Powidła śliwkowe 1szt-30g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,8 /porcja 600g = 581,00 kcal Białko ogółem 100g)= 5 /porcja 600g)= 29,50 g Tłuszcz 100g)= 2,5 /porcja 600g)= 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 100g)= 1,6 /porcja 600g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne 100g)= 13,4 /porcja 600g = 79,00 g cukry suma 100g)= 4,7 /porcja 600g)= 27,80 g Błonnik pokarmowy 100g)= 1 /porcja 600g)= 5,70 g Sól 100g)= .1 /porcja 600g = 0,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 /porcja 150g = 54,00 kcal Białko ogółem 100g)= 2,6 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) Klopsiki drobiowe pieczone 3sz-150g A (<i>GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz</i>) Sos pomidorowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,1 /porcja 971g = 1 081,30 kcal Białko ogółem 100g)= 5,3 /porcja 971g)= 53,20 g Tłuszcz 100g)= 2,7 /porcja 971g)= 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 100g)= .3 /porcja 971g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne 100g)= 14,9 /porcja 971g = 149,00 g cukry suma 100g)= 2,9 /porcja 971g)= 28,60 g Błonnik pokarmowy 100g)= 1,7 /porcja 971g)= 17,10 g Sól 100g)= .2 /porcja 971g = 1,90 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,4 /porcja 150g = 111,00 kcal Białko ogółem 100g)= 2,9 /porcja 150g)= 4,40 g Tłuszcz 100g)= 1 /porcja 150g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 100g)= 1,4 /porcja 150g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne 100g)= 11,1 /porcja 150g = 16,50 g cukry suma 100g)= 9,3 /porcja 150g)= 13,80 g Błonnik pokarmowy 100g)= 0 /porcja 150g)= g Sól 100g)= .1 /porcja 150g = 0,20 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>) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (<i>GLU Psz, RYB</i>) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109,5 /porcja 530g = 576,10 kcal Białko ogółem 100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,20 g Tłuszcz 100g)= 5,1 /porcja 530g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne 100g)= 11,9 /porcja 530g = 62,70 g cukry suma 100g)= 2,5 /porcja 530g)= 13,10 g Błonnik pokarmowy 100g)= 1 /porcja 530g)= 5,50 g Sól 100g)= .4 /porcja 530g = 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 403,40 kcal Białko ogółem 108,10 g Tłuszcz 72,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 312,30 g cukry suma 88,40 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 4,80 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek 6-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego węglowod. (Cukrzycowa)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.4 / (porcja 545g) = 485,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 545g) = 22,00 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 545g) = 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 545g) = 9,70 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7.2 / (porcja 545g) = 40,20 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 545g) = 8,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 545g) = 12,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 545g) = 1,20 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 przyswajalny (100g)= 3.4 / (porcja 150g) = 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 / (porcja 150g) = 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g) = 0 Sól (100g)= .1 / (porcja 150g) = 0,10 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.5 / (porcja 1120g) = 894,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 1120g) = 34,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1120g) = 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13 / (porcja 1120g) = 143,90 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 1120g) = 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 1120g) = 26,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1120g) = 1,70 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.9 / (porcja 530g) = 515,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 / (porcja 530g) = 18,20 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 530g) = 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 530g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10.9 / (porcja 530g) = 57,40 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 530g) = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 530g) = 6,50 g Sól (100g)= .4 / (porcja 530g) = 2,20 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Ser żółty 30g (MLE.) Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 249 / (porcja 130g) = 323,30 kcal Białko ogółem (100g)= 11.7 / (porcja 130g) = 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14.4 / (porcja 130g) = 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9.6 / (porcja 130g) = 12,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 17.7 / (porcja 130g) = 22,90 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 130g) = 1,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8 / (porcja 130g) = 5,00 g Sól (100g)= .5 / (porcja 130g) = 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 272,60 kcal Białko ogółem 93,90 g Tłuszcz 85,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 34,20 g Węglowodny przyswajalny 269,50 g cukry suma 45,50 g Błonnik pokarmowy 50,20 g Sól 5,80 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek	GL- Bezglutenowa						
	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Powidła śliwkowe 1szt-30g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.5 /(porcja 715g)= 553,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 715g)= 24,70 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 715g)= 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 715g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 715g)= 65,40 g cukry suma (100g)= 4.6 /(porcja 715g)= 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 715g)= 2,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 715g)= 1,60 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa i bezmleczna (SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą 2szt-100g b/g A (JAJ.) Sos pieczarkowy 120 b/g Ryż biały 220g A Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.8 /(porcja 1140g)= 909,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 1140g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1140g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1140g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 1140g)= 144,20 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 1140g)= 35,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1140g)= 19,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1140g)= 2,20 g	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Miód porcjowany 2szt-50g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.6 /(porcja 565g)= 569,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 565g)= 12,30 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 565g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 565g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 565g)= 78,70 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 565g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 565g)= 1,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 565g)= 1,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 032,30 kcal Białko ogółem 67,70 g Tłuszcz 63,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 288,30 g cukry suma 78,40 g Błonnik pokarmowy 22,70 g Sól 5,10 g			

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-05 09:31:54

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Pomidła śliwkowe 1szt-30g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101 /porcja 585g)= 594,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 585g)= 21,10 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 585g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 585g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /porcja 585g)= 73,60 g cukry suma (100g)= 3.8 /porcja 585g)= 22,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 585g)= 5,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 585g)= 0,40 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa i bezmleczna (SEL.) Klopsiki drobiowe e pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (SEL.) Ryż biały 220g A Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.9 /porcja 1140g)= 1 009,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /porcja 1140g)= 41,60 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /porcja 1140g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1140g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.8 /porcja 1140g)= 164,10 g cukry suma (100g)= 3.5 /porcja 1140g)= 38,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1140g)= 22,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 1140g)= 2,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115.8 /porcja 535g)= 609,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 535g)= 17,30 g Tłuszcz (100g)= 5.8 /porcja 535g)= 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 535g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /porcja 535g)= 62,70 g cukry suma (100g)= 2.5 /porcja 535g)= 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 535g)= 5,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 535g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 213,10 kcal Białko ogółem 80,00 g Tłuszcz 70,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,20 g Węglowodny przyswajalne 300,40 g cukry suma 73,60 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 5,10 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek	We-Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Pomidory śliwkowe 1szt-30g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.2 /(porcja 700g)= 622,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 700g)= 32,80 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 700g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 700g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /(porcja 700g)= 81,90 g cukry suma (100g)= 4.3 /(porcja 700g)= 30,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 700g)= 5,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 700g)= 0,60 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kolekt z soczewicy 100g (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.7 /(porcja 921g)= 978,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 921g)= 29,60 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 921g)= 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 921g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.3 /(porcja 921g)= 148,40 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 921g)= 26,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /(porcja 921g)= 23,70 g Sól (100g)= .2 /(porcja 921g)= 1,70 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.9 /(porcja 530g)= 536,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 530g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 530g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 530g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /(porcja 530g)= 63,60 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 530g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 530g)= 5,70 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 137,20 kcal Białko ogółem 79,90 g Tłuszcz 63,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,60 g Węglowodny przyswajalne 293,90 g cukry suma 71,00 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sól 4,40 g	

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

2025-05-12 poniedziałek							
C1- Dieta podstawowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
		Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Powidła śliwkowe 1szt-30g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 641,50 kcal Białko ogółem 32,80 g Tłuszcz 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 73,90 g cukry suma 31,70 g Błonnik pokarmowy 10,80 g Sól 1,10 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 866,20 kcal Białko ogółem 33,10 g Tłuszcz 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 129,80 g cukry suma 26,20 g Błonnik pokarmowy 18,90 g Sól 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 536,10 kcal Białko ogółem 17,50 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 63,60 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 043,80 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 63,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,60 g Węglowodny przyswajalne 267,30 g cukry suma 71,50 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 4,90 g

2025-05-12 poniedziałek							
C2- Dieta Łatwostawna		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
		chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Powidła śliwkowe 1szt-30g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 635,00 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 84,10 g cukry suma 32,90 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,60 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 940,70 kcal Białko ogółem 35,80 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 149,00 g cukry suma 28,60 g Błonnik pokarmowy 17,10 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 576,10 kcal Białko ogółem 17,20 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 62,70 g cukry suma 13,10 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 151,80 kcal Białko ogółem 86,30 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 295,80 g cukry suma 74,60 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 4,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek C3-Ograniczenie łatw.przys. węglu(CukrzycaMałki)	chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 220g (MLE,) rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 643,40 kcal Białko ogółem 44,40 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,50 g Węglowodny przyswajalne 46,40 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy 12,50 g Sól 1,40 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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 25z-150g A (GLU Psz, JAJ,) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 880,80 kcal Białko ogółem 50,40 g Tłuszcz 14,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 138,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 23,90 g Sól 2,00 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 510,50 kcal Białko ogółem 23,60 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 57,60 g cukry suma 8,90 g Błonnik pokarmowy 6,50 g Sól 2,20 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE,) Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 309,90 kcal Białko ogółem 20,30 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 23,20 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 398,60 kcal Białko ogółem 142,50 g Tłuszcz 76,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 270,60 g cukry suma 55,20 g Błonnik pokarmowy 47,90 g Sól 6,50 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 2025-05-12 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek P1 - Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Povidła śliwkowe 1szt-30g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 482,20 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 54,90 g cukry suma 25,30 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 0,60 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 25z-100g A (GLU Psz, JAJ,) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż biały 100g Sałatka z buraczków 100g got herbata dzika róża/ jabiko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 753,00 kcal Białko ogółem 30,90 g Tłuszcz 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 107,40 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 17,30 g Sól 1,20 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	Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB,) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 460,50 kcal Białko ogółem 14,20 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 50,10 g cukry suma 12,70 g Błonnik pokarmowy 3,60 g Sól 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 825,50 kcal Białko ogółem 75,00 g Tłuszcz 58,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 235,60 g cukry suma 68,10 g Błonnik pokarmowy 29,30 g Sól 3,90 g

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