

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	1- Podstawowa	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98 /(porcja 711g)= 699,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6.8 /(porcja 711g)= 48,70 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 711g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.7 /(porcja 711g)= 18,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 711g)= 66,60 g cukry suma (100g)= 4.6 /(porcja 711g)= 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 711g)= 4,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 711g)= 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Rumsztyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (GLU Psz) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.6 /(porcja 1000g)= 805,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1000g)= 32,40 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 1000g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g)= 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 1000g)= 110,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1000g)= 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1000g)= 22,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 2,00 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.9 /(porcja 520g)= 562,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 520g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 520g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 520g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 520g)= 62,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 520g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 068,10 kcal Białko ogółem 97,90 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,30 g Węglowodny przyswajalne 239,40 g cukry suma 64,30 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 5,50 g	

06.05.25 akcept
STARSZY DIETETYK
mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 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: 2025-05-06 09:36:20

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	2-Latwostrawna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /(porcja 711g)= 593,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6.1 /(porcja 711g)= 43,30 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 711g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 711g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 711g)= 66,50 g cukry suma (100g)= 4.5 /(porcja 711g)= 32,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 711g)= 4,10 g Sól (100g)= .3 /(porcja 711g)= 1,80 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69 /(porcja 1100g)= 766,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1100g)= 37,90 g Tłuszcz (100g)= 1.1 /(porcja 1100g)= 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 1100g)= 115,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1100g)= 13,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1100g)= 27,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 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 delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.9 /(porcja 520g)= 562,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 520g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 520g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 520g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 520g)= 62,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 520g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 922,30 kcal Białko ogółem 98,00 g Tłuszcz 44,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,70 g Węglowodny przyswajalne 244,80 g cukry suma 57,60 g Błonnik pokarmowy 40,20 g Sól 4,30 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 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: 2025-05-06 09:36:20

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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	Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88 /(porcja 250g)= 220,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10.2 /(porcja 250g)= 25,50 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 250g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 250g)= 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 250g)= 22,50 g cukry suma (100g)= 9 /(porcja 250g)= 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 250g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 250g)= 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 198.3 /(porcja 301g)= 600,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9.7 /(porcja 301g)= 29,50 g Tłuszcz (100g)= 6.2 /(porcja 301g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 301g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.2 /(porcja 301g)= 73,30 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 301g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.4 /(porcja 301g)= 16,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+mięso 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+mięso 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] 2 156,90 kcal Białko ogółem 114,50 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 254,00 g cukry suma 48,80 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	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	Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 133.8 /(porcja 250g)= 334,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15.5 /(porcja 250g)= 38,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 250g)= 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 250g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7 /(porcja 250g)= 34,20 g cukry suma (100g)= 13.7 /(porcja 250g)= 34,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 250g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 250g)= 0,30 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 158.3 /(porcja 301g)= 479,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7.9 /(porcja 301g)= 23,90 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 301g)= 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 301g)= 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.8 /(porcja 301g)= 57,00 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 301g)= 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.9 /(porcja 301g)= 11,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mięso 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+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	Wartość energetyczna[kcal] 2 014,90 kcal Białko ogółem 118,50 g Tłuszcz 52,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,20 g Węglowodny przyswajalne 258,60 g cukry suma 57,20 g Błonnik pokarmowy 21,40 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	6-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgl. (Cukrzycowa)	Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.9 /(porcja 520g)= 504,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 520g)= 26,70 g Tłuszcz (100g)= 4.6 /(porcja 520g)= 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 520g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4 /(porcja 520g)= 44,40 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 520g)= 5,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 520g)= 7,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 520g)= 1,20 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	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g a Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.8 /(porcja 1100g)= 797,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1100g)= 35,30 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1100g)= 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 1100g)= 121,60 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1100g)= 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 1100g)= 25,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,00 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salátka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.3 /(porcja 490g)= 466,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 490g)= 14,20 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 490g)= 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 490g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 490g)= 42,70 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 490g)= 5,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 490g)= 7,20 g Sól (100g)= .4 /(porcja 490g)= 2,00 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179 /(porcja 140g)= 252,10 kcal Białko ogółem (100g)= 8.2 /(porcja 140g)= 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 140g)= 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.3 /(porcja 140g)= 22,90 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 140g)= 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /(porcja 140g)= 5,00 g Sól (100g)= .6 /(porcja 140g)= 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 116,90 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 65,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,20 g Węglowodny przyswajalne 237,80 g cukry suma 39,80 g Błonnik pokarmowy 44,80 g Sól 6,20 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: 2025-05-06 09:36:20

strona 9 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.7 /(porcja 785g)= 705,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 785g)= 43,10 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 785g)= 31,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 785g)= 18,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /(porcja 785g)= 63,90 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 785g)= 34,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 785g)= 2,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 785g)= 2,30 g		Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ,) Sos pietruszkowy 120g b/g A Ziemniaki 300g A Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70 /(porcja 1200g)= 874,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 1200g)= 35,00 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1200g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1200g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /(porcja 1200g)= 128,80 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 1200g)= 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1200g)= 31,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1200g)= 2,20 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ,) Salátka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.8 /(porcja 535g)= 525,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 535g)= 9,60 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 535g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 535g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 535g)= 53,00 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 535g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 535g)= 4,20 g Sól (100g)= .5 /(porcja 535g)= 2,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 105,30 kcal Białko ogółem 87,70 g Tłuszcz 70,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,60 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 69,90 g Błonnik pokarmowy 37,70 g Sól 7,20 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: 2025-05-06 09:36:20

strona 10 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	C1- Dieta podstawowa	Bułka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 699,80 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 66,60 g cukry suma 32,50 g Błonnik pokarmowy 4,10 g Sól 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Rumsztyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (GLU Psz,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 805,70 kcal Białko ogółem 32,40 g Tłuszcz 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 110,40 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 22,00 g Sól 2,00 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,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,60 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,40 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 068,10 kcal Białko ogółem 97,90 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,30 g Węglowodny przyswajalne 239,40 g cukry suma 64,30 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 5,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Koktajl serwakowy 1szt-250ml (<i>MLE,</i>) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 593,00 kcal Białko ogółem 43,30 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,40 g Węglowodny przyswajalne 66,50 g cukry suma 32,40 g Błonnik pokarmowy 4,10 g Sól 1,80 g		Barszcz czerwony 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL,</i>) Roladka drobiowa pieczona 100g A (<i>GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,</i>) Sos pietruszkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE,</i>) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 894,50 kcal Białko ogółem 41,20 g Tłuszcz 12,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 142,90 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 33,90 g Sól 0,40 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>) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR,</i>) Salatka jarzynowa 120g A (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 562,60 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,40 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 050,10 kcal Białko ogółem 101,30 g Tłuszcz 44,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,70 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 59,20 g Błonnik pokarmowy 46,50 g Sól 4,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-14 środa	C3-Ograniczenie łatw.przys. węglu(CukrzycowaMatki)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE,) Szyńka łostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 561,20 kcal Białko ogółem 36,80 g Tłuszcz 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,50 g Węglowodny przyswajalne 45,50 g cukry suma 6,10 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 1,40 g	Skyr naturalny 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 96,00 kcal Białko ogółem 18,00 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 755,20 kcal Białko ogółem 58,30 g Tłuszcz 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 95,90 g cukry suma 20,30 g Błonnik pokarmowy 18,50 g Sól 2,10 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 391,50 kcal Białko ogółem 14,20 g Tłuszcz 7,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 42,70 g cukry suma 5,60 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 2,00 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 256,20 kcal Białko ogółem 14,90 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 060,10 kcal Białko ogółem 142,20 g Tłuszcz 53,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 213,40 g cukry suma 39,80 g Błonnik pokarmowy 38,30 g Sól 6,90 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-14 środa	P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka kajzerka 1szt-60g masło porcjowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 404,20 kcal Białko ogółem 19,90 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 30,60 g cukry suma 9,10 g Błonnik pokarmowy 2,00 g Sól 1,10 g	Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 220,00 kcal Białko ogółem 25,50 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalne 22,50 g cukry suma 22,50 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Rumsztyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (GLU Psz,) Ziemniaki 100g Surówka po żydowsku 100g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 616,50 kcal Białko ogółem 28,00 g Tłuszcz 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 72,40 g cukry suma 15,00 g Błonnik pokarmowy 13,40 g Sól 1,40 g	Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 54,80 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 11,10 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 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 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 60g G (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 392,80 kcal Białko ogółem 12,70 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 41,70 g cukry suma 8,50 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 688,30 kcal Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 61,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 178,30 g cukry suma 65,70 g Błonnik pokarmowy 22,50 g Sól 4,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	ML - Bezmleczna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /(porcja 466g) = 406,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 466g) = 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 466g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 466g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 466g) = 44,00 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 466g) = 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 466g) = 4,10 g Sól (100g)= .3 /(porcja 466g) = 1,50 g		Barszcz czerwony 300ml bezmleczny A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (<i>JAJ,</i>) Sos pietruszkowy 120g b/g A Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83 /(porcja 1200g) = 1 037,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1200g) = 42,10 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1200g) = 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1200g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /(porcja 1200g) = 153,00 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1200g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.2 /(porcja 1200g) = 40,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1200g) = 1,00 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 Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR,</i>) Salatka jarzynowa 120g A (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113.2 /(porcja 525g) = 595,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 525g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 525g) = 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 525g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 525g) = 62,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 525g) = 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 525g) = 8,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 525g) = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,80 kcal Białko ogółem 76,70 g Tłuszcz 59,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,60 g Węglowodny przyswajalne 259,40 g cukry suma 37,30 g Błonnik pokarmowy 53,10 g Sól 4,60 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	We- Wegetariańska	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE,) Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98 /(porcja 711g) = 699,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6.8 /(porcja 711g) = 48,70 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 711g) = 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.7 /(porcja 711g) = 18,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 711g) = 66,60 g cukry suma (100g)= 4,6 /(porcja 711g) = 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 711g) = 4,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 711g) = 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kotlety sojowe smażona 120g (GLU Psz, JAJ, SOJ,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.5 /(porcja 1020g) = 784,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1020g) = 45,40 g Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 1020g) = 7,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1020g) = 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 1020g) = 123,20 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1020g) = 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1 /(porcja 1020g) = 31,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1020g) = 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Salatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.9 /(porcja 500g) = 559,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 500g) = 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g) = 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 500g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 500g) = 64,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 500g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 500g) = 9,10 g Sól (100g)= .4 /(porcja 500g) = 2,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 043,70 kcal Białko ogółem 105,60 g Tłuszcz 48,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g Węglowodny przyswajalne 254,60 g cukry suma 69,90 g Błonnik pokarmowy 44,60 g Sól 5,30 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 626,20 kcal Białko ogółem 43,30 g Tłuszcz 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 66,50 g cukry suma 32,40 g Błonnik pokarmowy 4,10 g Sól 1,80 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 831,50 kcal Białko ogółem 35,80 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 129,60 g cukry suma 20,80 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 487,80 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 7,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 62,40 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 945,50 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 42,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,30 g Węglowodny przyswajalne 258,50 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 5,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa	9- Bogatobiałkowa	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.1 /(porcja 461g) = 373,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 461g) = 17,80 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 461g) = 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 461g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 461g) = 44,00 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 461g) = 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 461g) = 4,10 g Sól (100g)= .3 /(porcja 461g) = 1,50 g	Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88 /(porcja 250g) = 220,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10.2 /(porcja 250g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 250g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 250g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 250g) = 22,50 g cukry suma (100g)= 9 /(porcja 250g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 250g) = g Sól (100g)= .1 /(porcja 250g) = 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69 /(porcja 1100g) = 766,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1100g) = 37,90 g Tłuszcz (100g)= 1.1 /(porcja 1100g) = 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 1100g) = 115,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1100g) = 13,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1100g) = 27,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g) = 0,40 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /(porcja 150g) = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 150g) = 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	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,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.9 /(porcja 520g) = 562,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 520g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 520g) = 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 520g) = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 520g) = 62,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 520g) = 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 520g) = 8,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g) = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 976,30 kcal Białko ogółem 101,80 g Tłuszcz 46,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 249,90 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 40,20 g Sól 4,30 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 środa 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,2 /(porcja 520g) = 379,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 520g) = 20,30 g Tłuszcz (100g)= ,9 /(porcja 520g) = 5,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 520g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /(porcja 520g) = 61,70 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 520g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 520g) = 4,70 g Sól (100g)= ,5 /(porcja 520g) = 2,60 g	Koktail serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88 /(porcja 250g) = 220,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10,2 /(porcja 250g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 250g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 250g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 250g) = 22,50 g cukry suma (100g)= 9 /(porcja 250g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 250g) = g Sól (100g)= ,1 /(porcja 250g) = 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76 /(porcja 1100g) = 844,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 1100g) = 37,10 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1100g) = 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /(porcja 1100g) = 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /(porcja 1100g) = 138,20 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1100g) = 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /(porcja 1100g) = 32,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g) = 0,40 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 /(porcja 150g) = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 150g) = 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) twarożek 60g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,6 /(porcja 500g) = 443,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 500g) = 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 500g) = 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 500g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 500g) = 61,50 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 500g) = 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 500g) = 3,40 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 500g) = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 941,50 kcal Białko ogółem 107,20 g Tłuszcz 33,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 289,00 g cukry suma 62,40 g Błonnik pokarmowy 40,70 g Sól 5,40 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-14 Środa 4-Latwostrawna z ogr. sub. pobudz. wyd. soku żołądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,4 / (porcja 505g) = 401,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 / (porcja 505g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6 / (porcja 505g) = 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 505g) = 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 / (porcja 505g) = 51,20 g cukry suma (100g)= 1,9 / (porcja 505g) = 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 505g) = 4,00 g Sól (100g)= .5 / (porcja 505g) = 2,30 g	Koktail serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88 / (porcja 250g) = 220,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10,2 / (porcja 250g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 / (porcja 250g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 / (porcja 250g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 250g) = 22,50 g cukry suma (100g)= 9 / (porcja 250g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 250g) = g Sól (100g)= .1 / (porcja 250g) = 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 / (porcja 1100g) = 788,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1100g) = 38,50 g Tłuszcz (100g)= 1,1 / (porcja 1100g) = 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 / (porcja 1100g) = 120,40 g cukry suma (100g)= 1,3 / (porcja 1100g) = 14,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 / (porcja 1100g) = 28,60 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,40 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 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,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,9 / (porcja 505g) = 489,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 / (porcja 505g) = 21,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 / (porcja 505g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 / (porcja 505g) = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 / (porcja 505g) = 51,50 g cukry suma (100g)= 1,9 / (porcja 505g) = 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 505g) = 2,80 g Sól (100g)= .4 / (porcja 505g) = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 955,90 kcal Białko ogółem 104,40 g Tłuszcz 49,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 258,00 g cukry suma 67,80 g Błonnik pokarmowy 36,90 g Sól 5,00 g	

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