

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek	1-Podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix salát z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,2 /(porcja 670g) = 654,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 670g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /(porcja 670g) = 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 670g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 670g) = 68,40 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 670g) = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g) = 8,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 670g) = 1,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Salátka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,3 /(porcja 1000g) = 1 013,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 1000g) = 46,80 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 1000g) = 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,3 /(porcja 1000g) = 152,80 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 1000g) = 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1000g) = 30,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,7 /(porcja 545g) = 509,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 545g) = 23,00 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /(porcja 545g) = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 545g) = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 545g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 9 /(porcja 545g) = 49,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 545g) = 9,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 545g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 177,20 kcal Białko ogółem 99,70 g Tłuszcz 60,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 282,50 g cukry suma 93,70 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 3,40 g

decept. 07.10.2025r.
STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek	2-Latwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix salát z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,2 /(porcja 670g) = 654,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 670g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /(porcja 670g) = 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 670g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 670g) = 68,40 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 670g) = 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g) = 8,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 670g) = 1,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,9 /(porcja 1000g) = 868,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 1000g) = 48,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 1000g) = 8,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1000g) = 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /(porcja 1000g) = 138,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 1000g) = 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1000g) = 29,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g) = 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,1 /(porcja 505g) = 505,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 505g) = 22,80 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 505g) = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 505g) = 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /(porcja 505g) = 60,90 g cukry suma (100g)= 9,8 /(porcja 505g) = 49,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 505g) = 8,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 505g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 028,60 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 49,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 83,90 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sól 2,20 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.8 /(porcja 460g)= 462,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 460g)= 23,00 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 460g)= 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 460g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 /(porcja 460g)= 61,70 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 460g)= 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 460g)= 3,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 460g)= 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.5 /(porcja 300g)= 110,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 300g)= 4,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 300g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.8 /(porcja 300g)= 17,50 g cukry suma (100g)= 5.7 /(porcja 300g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.9 /(porcja 1000g)= 868,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1000g)= 48,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 1000g)= 8,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.9 /(porcja 1000g)= 138,80 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1000g)= 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1000g)= 29,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 0,50 g	Skyr naturalny 150g (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.3 /(porcja 150g)= 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12.1 /(porcja 150g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.1 /(porcja 150g)= 6,20 g cukry suma (100g)= 4.1 /(porcja 150g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 150g)= 0,20 g	Bulka pszenna 100g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Twarożek naturalny 200g A (<i>MLE</i>) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.4 /(porcja 560g)= 513,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 560g)= 31,00 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 560g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 560g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /(porcja 560g)= 64,90 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 560g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 560g)= 3,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 560g)= 1,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 051,40 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 34,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,70 g Węglowodny przyswajalne 289,10 g cukry suma 64,30 g Błonnik pokarmowy 38,20 g Sól 4,40 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz_Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek 4-Latwostrawna z ogr. sub. pobudz. wyd. soku żołądk.	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,1 /(porcja 470g)= 533,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 470g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 470g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 470g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /(porcja 470g)= 58,00 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 470g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 470g)= 6,10 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 470g)= 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 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Roladka z filet z kurczaka z warzywmai w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91 /(porcja 1100g)= 1 010,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 1100g)= 51,70 g Tłuszcz (100g)= ,8 /(porcja 1100g)= 8,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,1 /(porcja 1100g)= 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,2 /(porcja 1100g)= 168,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 16,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,3 /(porcja 1100g)= 36,70 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1100g)= 0,60 g	Arbuz 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 18,7 /(porcja 130g)= 24,30 kcal Białko ogółem (100g)= ,3 /(porcja 130g)= 0,40 g Tłuszcz (100g)= ,1 /(porcja 130g)= 0,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 130g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,2 /(porcja 130g)= 5,50 g cukry suma (100g)= 4 /(porcja 130g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,2 /(porcja 130g)= 0,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 130g)= g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,2 /(porcja 465g)= 446,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 465g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 465g)= 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2 /(porcja 465g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 /(porcja 465g)= 51,60 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 465g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,6 /(porcja 465g)= 2,80 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 465g)= 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 069,10 kcal Białko ogółem 100,10 g Tłuszcz 46,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g Węglowodny przyswajalne 289,00 g cukry suma 49,20 g Błonnik pokarmowy 45,80 g Sól 3,30 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz_Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-14 wtorek	12- Papkowata	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+ziemiaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62.9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-14 wtorek	14- Płynna wzmocniona	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 099,40 kcal Białko ogółem 124,00 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,30 g Węglowodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,70 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 632,80 kcal Białko ogółem 29,80 g Tłuszcz 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 68,30 g cukry suma 19,70 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 1,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 013,00 kcal Białko ogółem 46,80 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 152,80 g cukry suma 24,30 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 434,90 kcal Białko ogółem 22,90 g Tłuszcz 8,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 49,70 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 080,70 kcal Białko ogółem 99,50 g Tłuszcz 49,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,20 g Węglowodny przyswajalne 282,30 g cukry suma 93,70 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 3,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek 9- Bogatobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,7 /(porcja 520g)= 603,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /(porcja 520g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 4,7 /(porcja 520g)= 24,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 520g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /(porcja 520g)= 58,30 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 520g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 520g)= 6,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 520g)= 1,20 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,9 /(porcja 1000g)= 868,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 1000g)= 48,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 1000g)= 8,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /(porcja 1000g)= 138,80 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 1000g)= 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1000g)= 29,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 0,50 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.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,1 /(porcja 505g)= 505,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 505g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 505g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 505g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /(porcja 505g)= 60,90 g cukry suma (100g)= 9,8 /(porcja 505g)= 49,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 505g)= 8,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 505g)= 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 161,60 kcal Białko ogółem 107,80 g Tłuszcz 53,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 286,30 g cukry suma 89,00 g Błonnik pokarmowy 46,30 g Sól 2,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek 6-Z ograniczeniem łatwo przys. węgl(Cukrzycowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Jajko gotowane 1szt-50g (<i>JAJ,</i>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ,</i>) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.5 /(porcja 490g)= 452,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 490g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 490g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 490g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 /(porcja 490g)= 36,10 g cukry suma (100g)= .5 /(porcja 490g)= 2,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 490g)= 4,70 g Sól (100g)= .2 /(porcja 490g)= 1,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE,</i>) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34.6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4.8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR,</i>) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.6 /(porcja 1000g)= 805,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1000g)= 45,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 1000g)= 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 /(porcja 1000g)= 126,00 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 1000g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1000g)= 27,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 0,70 g		Chleb graham 90g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE,</i>) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.2 /(porcja 530g)= 448,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 530g)= 23,80 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 530g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 530g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 530g)= 45,30 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 530g)= 8,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 530g)= 7,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 530g)= 0,50 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło 10g (<i>MLE,</i>) Ser żółty 30g (<i>MLE,</i>) Ogółem 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250.1 /(porcja 130g)= 324,80 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)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18 /(porcja 130g)= 23,30 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 130g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8 /(porcja 130g)= 4,90 g Sól (100g)= .5 /(porcja 130g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 136,20 kcal Białko ogółem 111,50 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,70 g Węglowodny przyswajalne 246,00 g cukry suma 38,40 g Błonnik pokarmowy 46,60 g Sól 2,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JAJ,</i>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ,</i>) Mix salát z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.1 /(porcja 725g)= 579,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 725g)= 23,10 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 725g)= 28,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 725g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.9 /(porcja 725g)= 49,50 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 725g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 725g)= 3,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 725g)= 1,40 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (<i>SEL,</i>) Roladka z filet z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml bezglutenowa,bezmleczna (<i>SEL,</i>) Ziemniaki 300g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR,</i>) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.2 /(porcja 1100g)= 968,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1100g)= 49,90 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1100g)= 132,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 1100g)= 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1100g)= 30,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 1,70 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE,</i>) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 /(porcja 560g)= 469,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 560g)= 14,60 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 560g)= 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 560g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /(porcja 560g)= 52,10 g cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 560g)= 51,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 560g)= 4,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 560g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 016,80 kcal Białko ogółem 87,60 g Tłuszcz 71,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 233,80 g cukry suma 94,50 g Błonnik pokarmowy 39,00 g Sól 4,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-06 15:01:43

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek	ML- Bezmleczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,7 /(porcja 670g)= 577,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 670g)= 26,10 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 670g)= 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 670g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 /(porcja 670g)= 65,90 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 670g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g)= 8,00 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 670g)= 1,10 g		Krupnik 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL.) Roladka z filet z kurczaka z warzywmai w sosie paprykowym 100g/120ml bezgluetnowa,bezmleczna (SEL.) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,2 /(porcja 1100g)= 958,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 1100g)= 43,20 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 1100g)= 26,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /(porcja 1100g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 /(porcja 1100g)= 126,80 g cukry suma (100g)= 1,2 /(porcja 1100g)= 13,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /(porcja 1100g)= 29,20 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1100g)= 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g Dżem porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1 /(porcja 445g)= 423,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /(porcja 445g)= 19,70 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /(porcja 445g)= 8,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /(porcja 445g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,8 /(porcja 445g)= 58,10 g cukry suma (100g)= 9,8 /(porcja 445g)= 44,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 445g)= 8,40 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 445g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 959,30 kcal Białko ogółem 89,00 g Tłuszcz 54,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 250,80 g cukry suma 75,60 g Błonnik pokarmowy 45,60 g Sól 2,20 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek	We- Wegitarianka	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.3 /(porcja 660g) = 628,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 660g) = 25,10 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 660g) = 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 660g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 660g) = 67,50 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 660g) = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 660g)= 8,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g) = 1,10 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Kotlet z soczewicy 100g (GLU Psz, JAJ.) Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.1 /(porcja 1120g) = 1 156,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g) = 37,30 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1120g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 1120g)= 4,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17 /(porcja 1120g) = 189,10 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1120g) = 28,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /(porcja 1120g) = 39,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g) = 2,10 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.7 /(porcja 545g) = 509,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 545g) = 23,00 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 545g) = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 545g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 545g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 9 /(porcja 545g) = 49,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 545g)= 9,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 545g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 294,20 kcal Białko ogółem 85,40 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 317,90 g cukry suma 97,50 g Błonnik pokarmowy 56,30 g Sól 3,70 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek C1- Dieta podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 654,50 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 68,40 g cukry suma 19,70 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 1,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Roladka z filetu z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 013,00 kcal Białko ogółem 46,80 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 152,80 g cukry suma 24,30 g Błonnik pokarmowy 30,00 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,) Twarożek 120g A (MLE,) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 509,70 kcal Białko ogółem 23,00 g Tłuszcz 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 49,70 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 177,20 kcal Białko ogółem 99,70 g Tłuszcz 60,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 282,50 g cukry suma 93,70 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 3,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-10-14 wtorek C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 654,50 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 68,40 g cukry suma 19,70 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 1,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Roladka z filetu z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 300g A Brokuły duszone 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 925,70 kcal Białko ogółem 49,50 g Tłuszcz 8,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,20 g Węglowodny przyswajalne 150,80 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 32,50 g Sól 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 505,20 kcal Białko ogółem 22,80 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 60,90 g cukry suma 49,10 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 085,40 kcal Białko ogółem 102,20 g Tłuszcz 50,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 280,10 g cukry suma 84,60 g Błonnik pokarmowy 49,00 g Sól 2,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-14 wtorek							
C3-Ograniczenie łatw. przys. węglu(CukrzycaMałki)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Kiełbasa pieprzowa-wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 480,30 kcal Białko ogółem 27,90 g Tłuszcz 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,80 g Węglowodny przyswajalne 35,90 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 104,80 kcal Białko ogółem 4,80 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 15,30 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Roladka z filetu z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 150g/120ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 020,10 kcal Białko ogółem 59,60 g Tłuszcz 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 140,80 g cukry suma 21,30 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 462,70 kcal Białko ogółem 32,30 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 48,00 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 7,20 g Sól 0,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 40g (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 250,60 kcal Białko ogółem 15,10 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 318,50 kcal Białko ogółem 139,70 g Tłuszcz 68,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,30 g Węglowodny przyswajalne 263,30 g cukry suma 51,60 g Błonnik pokarmowy 48,90 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 2025-10-14 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-14 wtorek							
P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyńska tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 526,60 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 24,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 43,60 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 1,10 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Roladka z filetu z kurczaka z warzywami w sosie paprykowym 100g/120ml A (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 799,30 kcal Białko ogółem 42,40 g Tłuszcz 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,70 g Węglowodny przyswajalne 114,30 g cukry suma 18,50 g Błonnik pokarmowy 21,40 g Sól 1,30 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	Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Dżem porcjowany 1szt-25g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 434,10 kcal Białko ogółem 19,70 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 48,80 g Błonnik pokarmowy 7,00 g Sól 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 889,80 kcal Białko ogółem 92,50 g Tłuszcz 56,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 228,90 g cukry suma 86,40 g Błonnik pokarmowy 35,30 g Sól 2,90 g

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