

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	1-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szyńka łostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104,8 /(porcja 620g)= 654,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 (porcja 620g) = 29,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 620g) = 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 620g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 /(porcja 620g)= 68,30 g cukry suma (100g)= 2,9 /(porcja 620g) = 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 620g) = 7,80 g Sól (100g)= 2 /(porcja 620g)= 1,20 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gołąbki w sosie pomidorowym 200g/120ml A (GLU Psz,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /(porcja 901g)= 883,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 (porcja 901g) = 36,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 901g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 901g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,5 /(porcja 901g)= 140,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 901g) = 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,7 /(porcja 901g) = 33,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 901g)= 0,50 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (MLE,) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,7 /(porcja 670g)= 518,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 670g) = 22,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 670g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 670g) = 9,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,2 /(porcja 670g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 3,5 /(porcja 670g) = 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 670g) = 7,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 670g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 056,20 kcal Białko ogółem 88,50 g Tłuszcz 56,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 270,20 g cukry suma 59,10 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 2,30 g		

2025-04-15 wtorek
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-04 11:57:13

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

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	2-Lawostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Szyńka łostowa z kurcząt 60g (SO, J) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.8 /(porcja 620g)= 654,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 620g)= 29,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 620g)= 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 620g)= 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 620g)= 68,30 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 620g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 620g)= 7,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 620g)= 1,20 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gołąbek drobiowy b/zwijania 100g A (GLU Psz,) Ziemniaki 200g a Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.7 /(porcja 1120g)= 907,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1120g)= 38,30 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1120g)= 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 /(porcja 1120g)= 155,20 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1120g)= 18,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 30,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,40 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (MLE,) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.7 /(porcja 670g)= 518,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 670g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 670g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 670g)= 9,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 670g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 670g)= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 670g)= 7,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 670g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 080,60 kcal Białko ogółem 90,60 g Tłuszcz 53,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 284,80 g cukry suma 59,80 g Błonnik pokarmowy 45,70 g Sól 2,20 g		

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-04 11:57:13

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	3-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka Grahamka 1szt=70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka łoskowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) Mix sałat z olejem i marchewka 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105.1/(porcja 575g)= 618,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 575g)= 24,20 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 575g)= 23,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6/(porcja 575g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6/(porcja 575g)= 68,00 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 575g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3/(porcja 575g)= 7,80 g Sól (100g)= .2/(porcja 575g)= 1,20 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Gołąbek drobiowy b/wzawiania 100g A (<i>GLU Psz.</i>) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.7/(porcja 1100g)= 863,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1100g)= 35,20 g Tłuszcz (100g)= .8/(porcja 1100g)= 8,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1100g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6/(porcja 1100g)= 151,40 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1100g)= 17,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3/(porcja 1100g)= 33,20 g Sól (100g)= 0/(porcja 1100g)= 0,30 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (<i>MLE.</i>) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.5/(porcja 660g)= 443,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 660g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 1.5/(porcja 660g)= 9,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6/(porcja 660g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2/(porcja 660g)= 61,20 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 660g)= 22,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1/(porcja 660g)= 7,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 660g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 924,80 kcal Białko ogółem 81,90 g Tłuszcz 41,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,10 g Węglodny przyswajalne 280,60 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 48,60 g Sól 2,10 g	

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	4 Łatwostawna z ogr. sub. pobudz. wyd. soku żołądk.	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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gołąbek drobiowy b/wzawiania 100g A (GLU Psz.) Ziemniaki 300g A Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84 / (porcja 1220g) = 1 048,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 1220g) = 41,90 g Tłuszcz (100g)= .8 / (porcja 1220g) = 10,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1220g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,8 / (porcja 1220g)= 185,20 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 1220g) = 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 / (porcja 1220g) = 37,30 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1220g)= 0,50 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	Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,2 / (porcja 655g)= 501,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 / (porcja 655g) = 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6 / (porcja 655g) = 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 655g) = 9,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 / (porcja 655g) = 62,00 g cukry suma (100g)= 3,4 / (porcja 655g) = 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 655g) = 4,80 g Sól (100g)= .2 / (porcja 655g)= 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 195,10 kcal Białko ogółem 90,00 g Tłuszcz 49,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 322,70 g cukry suma 70,30 g Błonnik pokarmowy 49,70 g Sól 3,20 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 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek 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	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81 / (porcja 650g) = 540,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 650g) = 26,00 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 650g) = 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 650g) = 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 / (porcja 650g) = 70,30 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 650g) = 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 / (porcja 650g) = 2,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 650g) = 0,40 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 206 / (porcja 301g) = 624,20 kcal Białko ogółem (100g)= 10.1 / (porcja 301g) = 30,70 g Tłuszcz (100g)= 6.6 / (porcja 301g) = 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 301g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.6 / (porcja 301g) = 74,50 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 301g) = 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6 / (porcja 301g) = 18,20 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] 2 500,30 kcal Białko ogółem 116,20 g Tłuszcz 86,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 303,00 g cukry suma 39,20 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,20 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 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	14- Płynna wzmocniona	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	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	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 166 / (porcja 301g) = 503,10 kcal Białko ogółem (100g)= 8.3 / (porcja 301g) = 25,10 g Tłuszcz (100g)= 5.6 / (porcja 301g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 301g) = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.2 / (porcja 301g) = 58,20 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 301g) = 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.5 / (porcja 301g) = 13,50 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)= 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] 2 369,90 kcal Białko ogółem 103,10 g Tłuszcz 84,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 290,80 g cukry suma 30,80 g Błonnik pokarmowy 25,30 g Sól 1,00 g	

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek 7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowe)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miska tłuszczowych do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt -50g (JA.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 687,90 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 68,30 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 7,80 g Sól 1,20 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gołąbek drobiowy b/wzawiania 100g A (GLU Psz.) Ziemniaki 200g a Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 907,60 kcal Białko ogółem 38,30 g Tłuszcz 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 155,20 g cukry suma 18,70 g Błonnik pokarmowy 30,30 g Sól 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 443,50 kcal Białko ogółem 22,50 g Tłuszcz 9,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 22,90 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 039,00 kcal Białko ogółem 90,50 g Tłuszcz 48,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 284,70 g cukry suma 59,70 g Błonnik pokarmowy 45,70 g Sól 2,20 g

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek 9-Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JA.) Szynka łosłowa 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.) Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 42 /(porcja 250g)= 105,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 250g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 250g)= 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 250g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.1 /(porcja 250g)= 15,10 g cukry suma (100g)= 5.1 /(porcja 250g)= 12,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 250g)= 1,80 g Sól (100g)= .1 /(porcja 250g)= 0,10 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gołąbek drobiowy b/wzawiania 100g A (GLU Psz.) Ziemniaki 200g a Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,7 /(porcja 1120g)= 907,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1120g)= 38,30 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1120g)= 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 /(porcja 1120g)= 155,20 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1120g)= 18,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1120g)= 30,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,40 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.) Pasta twarogowa paprykowa 200g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,7 /(porcja 750g)= 620,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 750g)= 32,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 750g)= 23,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 750g)= 13,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /(porcja 750g)= 64,10 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 750g)= 26,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 750g)= 7,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 750g)= 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 316,20 kcal Białko ogółem 107,50 g Tłuszcz 62,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,60 g Węglowodny przyswajalne 305,70 g cukry suma 68,40 g Błonnik pokarmowy 45,80 g Sól 2,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek 6 z ograniczeniem łatwo przyswajalnego cukru (Cukrzyca)	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz, MLE, SEL,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JA,) Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SO,) Mix sałat 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 przyswajalny (100g)= 7.2 / (porcja 490g) = 36,10 g cukry suma (100g)= .5 / (porcja 490g) = 2,30 g Blonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 490g) = 4,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 490g) = 1,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 42 / (porcja 250g) = 105,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 250g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 250g) = 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 250g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 6.1 / (porcja 250g) = 15,10 g cukry suma (100g)= 5.1 / (porcja 250g) = 12,80 g Blonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 250g) = 1,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 250g) = 0,10 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gołąbki w sosie pomidorowym 200g/120ml A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95 / (porcja 901g) = 863,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 901g) = 36,30 g Tłuszcz (100g)= 1.5 / (porcja 901g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 901g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14.9 / (porcja 901g) = 135,60 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 901g) = 13,00 g Blonnik pokarmowy (100g)= 3.7 / (porcja 901g) = 33,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 901g) = 0,50 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt, MLE,) masło porcjowane 10g (MLE,) Pasta twarogowa paprykowa 120 g (MLE,) Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.7 / (porcja 551g) = 531,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 551g) = 23,40 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 551g) = 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 551g) = 10,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 9.8 / (porcja 551g) = 54,60 g cukry suma (100g)= 3.2 / (porcja 551g) = 17,90 g Blonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 551g) = 8,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 551g) = 0,60 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE,) Ser żółty 30g (MLE,) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 248.8 / (porcja 100g) = 248,80 kcal Białko ogółem (100g)= 15.1 / (porcja 100g) = 15,10 g Tłuszcz (100g)= 10.5 / (porcja 100g) = 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 7.4 / (porcja 100g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 23 / (porcja 100g) = 23,00 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 100g) = 1,60 g Blonnik pokarmowy (100g)= 4.9 / (porcja 100g) = 4,90 g Sól (100g)= .6 / (porcja 100g) = 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 201,90 kcal Białko ogółem 102,00 g Tłuszcz 69,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,30 g Węglowodny przyswajalny 264,40 g cukry suma 47,60 g Blonnik pokarmowy 53,30 g Sól 2,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JA,) Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SO,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.4 / (porcja 625g) = 527,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 / (porcja 625g) = 17,40 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 625g) = 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 625g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7.9 / (porcja 625g) = 49,10 g cukry suma (100g)= 2.7 / (porcja 625g) = 16,90 g Blonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 625g) = 3,10 g Sól (100g)= .2 / (porcja 625g) = 1,40 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa i bezmleczna (SEL,) Gołąbki w sosie pomidorowym 200g/1200ml A bezglutenowy Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5 / (porcja 1001g) = 894,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 1001g) = 34,10 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 1001g) = 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1001g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 15.3 / (porcja 1001g) = 153,10 g cukry suma (100g)= 2.9 / (porcja 1001g) = 29,00 g Blonnik pokarmowy (100g)= 3.7 / (porcja 1001g) = 37,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1001g) = 0,60 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Pasta twarogowa paprykowa 200g A (MLE,) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.5 / (porcja 765g) = 580,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 765g) = 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.6 / (porcja 765g) = 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 765g) = 13,00 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7.1 / (porcja 765g) = 55,00 g cukry suma (100g)= 3.6 / (porcja 765g) = 27,90 g Blonnik pokarmowy (100g)= .4 / (porcja 765g) = 3,40 g Sól (100g)= .2 / (porcja 765g) = 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 002,70 kcal Białko ogółem 75,60 g Tłuszcz 63,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalny 257,20 g cukry suma 73,80 g Blonnik pokarmowy 43,90 g Sól 3,60 g

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek ML - Bezmleczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JA.J.</i>) Szynka łosłowa z kurczą 60g (<i>SO.J.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.3 /(porcja 625g)= 633,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 625g)= 26,00 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 625g)= 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 625g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 625g)= 65,80 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 625g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 625g)= 7,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 625g)= 1,10 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml bezglutenowa i bezmleczna (<i>SEL.</i>) Gołąbek drobiowy b/zawijania 100g b/g A Ziemniaki 200g a Sos pomidorowy 120g bezglutenowy i bezmleczny A (<i>SEL.</i>) Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.9 /(porcja 1120g)= 954,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 1120g)= 43,50 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 1120g)= 147,10 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1120g)= 27,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1120g)= 33,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,20 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Pasta roślinna 1szt-75g (<i>GLU Psz, SO.J, GOR.</i>) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.4 /(porcja 665g)= 602,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 665g)= 14,00 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 665g)= 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 665g)= 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 /(porcja 665g)= 85,70 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 665g)= 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 665g)= 9,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 665g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 190,40 kcal Białko ogółem 83,50 g Tłuszcz 62,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 298,60 g cukry suma 65,70 g Błonnik pokarmowy 51,10 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.

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek Ww- Wegetariańska	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JA.J.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.6 /(porcja 610g)= 628,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 610g)= 24,90 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /(porcja 610g)= 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 610g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 610g)= 67,40 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 610g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 610g)= 7,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 610g)= 1,10 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Ziemniaki 200g a Mufinki jajeczne z warzywami 2szt-120g (<i>GLU Psz, JA.J, MLE.</i>) Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.4 /(porcja 1020g)= 764,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 1020g)= 35,50 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1020g)= 15,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1020g)= 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /(porcja 1020g)= 112,70 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1020g)= 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1020g)= 28,00 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1020g)= 0,40 g		Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (<i>MLE.</i>) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.7 /(porcja 670g)= 518,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 670g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 670g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 670g)= 9,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 670g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 670g)= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 670g)= 7,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 670g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 911,00 kcal Białko ogółem 83,00 g Tłuszcz 61,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,10 g Węglowodny przyswajalne 241,40 g cukry suma 56,60 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 2,10 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 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	C1- Dieta podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JA.J.</i>) Szynka łoskowa z kurcząt 60g (<i>SO.J.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] 654,70 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 68,30 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 7,80 g Sól 1,20 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Gołąbki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 842,20 kcal Białko ogółem 34,20 g Tłuszcz 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 136,80 g cukry suma 17,20 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,30 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>) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (<i>MLE.</i>) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 518,30 kcal Białko ogółem 22,60 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 015,20 kcal Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 56,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,20 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 45,40 g Sól 3,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek	C2- Dieta Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JA.J.</i>) Szynka łoskowa z kurcząt 60g (<i>SO.J.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] 654,70 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 68,30 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 7,80 g Sól 1,20 g		Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Gołąbek drobiowy b/zawijania 100g A (<i>GLU Psz.</i>) Sos pomidorowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 964,40 kcal Białko ogółem 39,80 g Tłuszcz 10,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 167,20 g cukry suma 19,50 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 0,50 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>) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (<i>MLE.</i>) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 518,30 kcal Białko ogółem 22,60 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 137,40 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 53,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,90 g Węglowodny przyswajalne 296,80 g cukry suma 60,60 g Błonnik pokarmowy 48,50 g Sól 2,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek C3-Organizowanie letnoprzys. węgiel(Cukrzakowalaki)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JA.) Szynka łosłowa z kurczą 80g A (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 508,70 kcal Białko ogółem 31,30 g Tłuszcz 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 36,70 g cukry suma 2,40 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 105,00 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,50 g Węglowodny przyswajalne 15,10 g cukry suma 12,80 g Błonnik pokarmowy 1,80 g Sól 0,10 g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gołąbek drobiowy b/związania 100g A (GLU Psz.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 888,30 kcal Białko ogółem 38,40 g Tłuszcz 10,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 150,30 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy 30,30 g Sól 0,50 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa paprykowa 200g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 525,30 kcal Białko ogółem 33,10 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 21,90 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 0,70 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 309,60 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 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 336,90 kcal Białko ogółem 127,70 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,30 g Węglowodny przyswajalne 283,10 g cukry suma 52,60 g Błonnik pokarmowy 50,10 g Sól 3,20 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 2025-04-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-15 wtorek P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JA.) Szynka łosłowa z kurczą 60g (SOJ.) Mix sałat 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	Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 51,00 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 10,00 g cukry suma 7,70 g Błonnik pokarmowy 1,80 g Sól g	Szpinakowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gołąbek b/związania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 100g Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 629,20 kcal Białko ogółem 28,80 g Tłuszcz 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 91,80 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 19,50 g Sól 1,30 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 75,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa paprykowa 120g A (MLE.) Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,70 kcal Białko ogółem 19,30 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,60 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 22,00 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 724,50 kcal Białko ogółem 79,50 g Tłuszcz 58,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,90 g Węglowodny przyswajalne 198,20 g cukry suma 58,40 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 3,10 g

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