

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	1-Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 60g Mix салат 50g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.4 /(porcja 770g) = 656,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 /(porcja 770g) = 45,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 770g) = 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 770g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 770g) = 78,50 g cukry suma (100g)= 4 /(porcja 770g) = 30,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 770g)= 6,20 g Sól (100g)= .3 /(porcja 770g) = 2,30 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.8 /(porcja 1050g) = 957,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 1050g) = 43,00 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 1050g) = 37,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /(porcja 1050g) = 104,00 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 1050g) = 32,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1050g) = 21,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 1050g) = 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) paszlet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE.) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105.3 /(porcja 540g) = 554,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 540g) = 24,20 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 540g) = 26,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 540g)= 14,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 540g) = 52,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 540g) = 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 540g)= 6,60 g Sól (100g)= .3 /(porcja 540g) = 1,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 168,20 kcal Białko ogółem 112,70 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,90 g Węglowodny przyswajalne 234,60 g cukry suma 72,90 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sól 6,70 g	

04.10.25. śnieg
STARSZY DIETETYK

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.

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-07 12:35:11

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	2-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>) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (<i>MLE,</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.2 /(porcja 720g)= 651,60 kcal Białko ogółem (100g)= 6.3 /(porcja 720g)= 45,20 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 720g)= 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 720g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 720g)= 77,60 g cukry suma (100g)= 4.2 /(porcja 720g)= 30,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 720g)= 6,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 720g)= 2,30 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL,</i>) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.7 /(porcja 1050g)= 917,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 1050g)= 50,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1050g)= 29,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 1050g)= 102,40 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 1050g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1050g)= 26,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,70 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>) Twarożek 120g A (<i>MLE,</i>) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.4 /(porcja 570g)= 480,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 570g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 570g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 570g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 570g)= 53,40 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 570g)= 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 570g)= 6,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,10 kcal Białko ogółem 119,40 g Tłuszcz 63,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 233,40 g cukry suma 68,40 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 4,50 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: 2025-10-07 12:35:11

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,3 /porcja 460g)= 360,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 460g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /porcja 460g)= 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /porcja 460g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /porcja 460g)= 58,80 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8 /porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= 6 /porcja 460g)= 2,60 g	Koktajl 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,9 /porcja 1050g)= 839,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 1050g)= 45,30 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 1050g)= 23,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 /porcja 1050g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 1050g)= 102,40 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1050g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1050g)= 26,80 g Sól (100g)= 2 /porcja 1050g)= 1,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Jabłko 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	Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,4 /porcja 570g)= 441,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 570g)= 23,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 570g)= 8,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9 /porcja 570g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 570g)= 64,70 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 570g)= 14,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 8 /porcja 570g)= 4,60 g Sól (100g)= 3 /porcja 570g)= 1,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 971,30 kcal Białko ogółem 117,40 g Tłuszcz 42,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,80 g Węglowodny przyswajalne 265,90 g cukry suma 85,20 g Błonnik pokarmowy 36,30 g Sól 6,20 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 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-10-15 środa 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku zolańd.	Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,4 /porcja 445g)= 397,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 445g)= 17,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 445g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 445g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /porcja 445g)= 48,30 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 445g)= 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6 /porcja 445g)= 2,70 g Sól (100g)= 5 /porcja 445g)= 2,30 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,7 /porcja 1050g)= 917,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 1050g)= 50,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 1050g)= 29,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9 /porcja 1050g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /porcja 1050g)= 102,40 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1050g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1050g)= 26,80 g Sól (100g)= 2 /porcja 1050g)= 1,70 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) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,4 /porcja 555g)= 463,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 555g)= 21,50 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 555g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 555g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 555g)= 54,10 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 555g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 7 /porcja 555g)= 3,90 g Sól (100g)= 3 /porcja 555g)= 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 054,10 kcal Białko ogółem 115,60 g Tłuszcz 64,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,70 g Węglowodny przyswajalne 239,70 g cukry suma 79,30 g Błonnik pokarmowy 34,90 g Sól 5,60 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	12- Papkowata	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	Koktajl seratkowy 1szt-250ml (MLE, Psz, JAJ, SEL.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /(porcja 750g)= 638,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6.6 /(porcja 750g)= 50,90 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 750g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 750g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 750g)= 71,30 g cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 750g)= 25,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 750g)= 4,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 750g)= 0,40 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] 2 210,10 kcal Białko ogółem 145,90 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalne 244,00 g cukry suma 40,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,90 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,)	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,)	Mięso+warzywa+ masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL,)	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,)			Wartość energetyczna[kcal] 2
		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] (100g)= 83.1 /(porcja 750g)= 638,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6.6 /(porcja 750g)= 50,90 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 750g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 750g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 750g)= 71,30 g cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 750g)= 25,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 750g)= 4,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 750g)= 0,40 g	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	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] 265,40 kcal Białko ogółem 145,70 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,70 g Węglowodny przyswajalne 250,00 g cukry suma 39,10 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,80 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 634,90 kcal Białko ogółem 45,40 g Tłuszcz 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 78,40 g cukry suma 30,50 g Błonnik pokarmowy 6,20 g Sól 2,30 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 957,50 kcal Białko ogółem 43,00 g Tłuszcz 37,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 104,00 g cukry suma 32,00 g Błonnik pokarmowy 21,90 g Sól 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) pasztet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) twarożek 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 421,90 kcal Białko ogółem 19,50 g Tłuszcz 12,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g Węglowodny przyswajalne 53,90 g cukry suma 12,60 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 014,30 kcal Białko ogółem 107,90 g Tłuszcz 64,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,00 g Węglowodny przyswajalne 236,30 g cukry suma 75,10 g Błonnik pokarmowy 34,80 g Sól 6,30 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa 9- Bogatobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,6 /porcja 470g = 431,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 470g) = 19,70 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /(porcja 470g) = 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 470g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /(porcja 470g) = 55,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 470g) = 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 470g)= 6,00 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 470g) = 2,00 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,7 /(porcja 1050g) = 917,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 1050g) = 50,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1050g) = 29,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,9 /(porcja 1050g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 1050g) = 102,40 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 1050g) = 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /(porcja 1050g) = 26,80 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1050g) = 1,70 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,4 /(porcja 150g) = 111,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /(porcja 150g) = 4,40 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 150g) = 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /(porcja 150g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /(porcja 150g) = 16,50 g cukry suma (100g)= 9,3 /(porcja 150g) = 13,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= ,1 /(porcja 150g) = 0,20 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE), Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,4 /(porcja 570g) = 480,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 570g) = 23,50 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /(porcja 570g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 570g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 /(porcja 570g) = 53,40 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 570g) = 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 570g)= 6,70 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 570g) = 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 036,10 kcal Białko ogółem 116,30 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g Węglowodny przyswajalne 233,60 g cukry suma 65,90 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 4,60 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa 6-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgl.(Cukrzycowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.1 /(porcja 490g)= 340,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 490g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 490g)= 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 490g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 /(porcja 490g)= 36,30 g cukry suma (100g)= .5 /(porcja 490g)= 2,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 490g)= 4,90 g Sól (100g)= .4 /(porcja 490g)= 2,00 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.2 /(porcja 1050g)= 761,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 1050g)= 41,30 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 1050g)= 29,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 1050g)= 77,70 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1050g)= 14,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1050g)= 19,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,60 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) paszlet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ,) twarożek 60g A (MLE,) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.3 /(porcja 560g)= 495,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 560g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 560g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 560g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /(porcja 560g)= 52,80 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 560g)= 13,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 560g)= 7,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 560g)= 1,30 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło 10g (MLE,) Ser żółty 30g (MLE,) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250.4 /(porcja 130g)= 325,20 kcal Białko ogółem (100g)= 11.7 /(porcja 130g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14.4 /(porcja 130g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9.6 /(porcja 130g)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.8 /(porcja 130g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 130g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 /(porcja 130g)= 5,30 g Sól (100g)= .5 /(porcja 130g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 018,90 kcal Białko ogółem 112,20 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 37,40 g Węglowodny przyswajalne 196,20 g cukry suma 38,30 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 5,70 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posiłki_w_kolumnach.fr3

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

strona 9 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-07 12:35:11

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa GL- Bezglutenowa	herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.9 /(porcja 775g)= 584,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 775g)= 37,00 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 775g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 775g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 775g)= 61,80 g cukry suma (100g)= 4.1 /(porcja 775g)= 31,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /(porcja 775g)= 1,40 g Sól (100g)= .3 /(porcja 775g)= 2,60 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL,) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.8 /(porcja 1050g)= 948,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 1050g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 1050g)= 32,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 1050g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 1050g)= 115,70 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 1050g)= 35,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1050g)= 24,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 1050g)= 2,90 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Miód porcjowany 1szt-25g Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.5 /(porcja 550g)= 563,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 550g)= 17,60 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 550g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /(porcja 550g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 550g)= 61,10 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 550g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 550g)= 2,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 550g)= 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 095,90 kcal Białko ogółem 95,10 g Tłuszcz 81,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,70 g Węglowodny przyswajalne 238,60 g cukry suma 79,10 g Błonnik pokarmowy 28,10 g Sól 7,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posiłki_w_kolumnach.fr3

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

strona 10 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-10-07 12:35:11

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	ML- Bezmleczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.1 /(porcja 470g)= 409,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 470g)= 19,70 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 470g)= 11,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 470g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 470g)= 55,10 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 470g)= 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 470g)= 6,00 g Sól (100g)= .4 /(porcja 470g)= 2,10 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (GLU Psz, SEL,) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.8 /(porcja 1050g)= 948,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 1050g)= 51,20 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1050g)= 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 1050g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 1050g)= 110,10 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 1050g)= 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1050g)= 27,70 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,80 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Miód porcjonowany 2szt-50g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.3 /(porcja 600g)= 601,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 600g)= 21,20 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 600g)= 16,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.3 /(porcja 600g)= 89,70 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 600g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 600g)= 6,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 600g)= 0,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 959,60 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 56,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,80 g Węglowodny przyswajalne 254,90 g cukry suma 44,60 g Błonnik pokarmowy 40,30 g Sól 4,30 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 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	We- Wegetariańska	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjonowane 10g (MLE,) Koktajl serwatkowy 1szt-250ml (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Mix sałat 50g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 /(porcja 810g)= 702,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /(porcja 810g)= 46,20 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 810g)= 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 810g)= 10,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /(porcja 810g)= 78,20 g cukry suma (100g)= 3.7 /(porcja 810g)= 30,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 810g)= 6,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 810g)= 1,20 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Gulasz z soczewicy czerwonej z marchewką 200g (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 59.3 /(porcja 1100g)= 659,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 1100g)= 26,80 g Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 1100g)= 5,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 1100g)= 113,50 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1100g)= 19,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /(porcja 1100g)= 31,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjonowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104.9 /(porcja 510g)= 524,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 510g)= 25,90 g Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 510g)= 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 510g)= 50,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 510g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /(porcja 510g)= 6,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 510g)= 1,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 886,60 kcal Białko ogółem 98,90 g Tłuszcz 51,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 242,10 g cukry suma 60,50 g Błonnik pokarmowy 44,70 g Sól 2,80 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 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	C1- Dieta podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат 50g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 656,60 kcal Białko ogółem 45,50 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g Węglowodny przyswajalne 78,50 g cukry suma 30,60 g Błonnik pokarmowy 6,20 g Sól 2,30 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 957,50 kcal Białko ogółem 43,00 g Tłuszcz 37,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 104,00 g cukry suma 32,00 g Błonnik pokarmowy 21,90 g Sól 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) paszlet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 554,10 kcal Białko ogółem 24,20 g Tłuszcz 26,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,60 g Węglowodny przyswajalne 52,10 g cukry suma 10,30 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 168,20 kcal Białko ogółem 112,70 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,90 g Węglowodny przyswajalne 234,60 g cukry suma 72,90 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sól 6,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Koktajl serwakowy 1szt-250ml (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 651,60 kcal Białko ogółem 45,20 g Tłuszcz 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 77,60 g cukry suma 30,00 g Błonnik pokarmowy 6,00 g Sól 2,30 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 917,30 kcal Białko ogółem 50,70 g Tłuszcz 29,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 102,40 g cukry suma 23,30 g Błonnik pokarmowy 26,80 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) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 480,20 kcal Białko ogółem 23,50 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 53,40 g cukry suma 15,10 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 049,10 kcal Białko ogółem 119,40 g Tłuszcz 63,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 233,40 g cukry suma 68,40 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 4,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	C3-Ograniczenie łatw.przys. węgl(cukrzycowalMaki)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Mix sałat 50g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 435,30 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 36,80 g cukry suma 2,50 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 2,30 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 150g/120ml A Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 750,60 kcal Białko ogółem 47,80 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 77,70 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 19,30 g Sól 1,70 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) pasztecik drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) Twarożek 120g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 598,40 kcal Białko ogółem 30,50 g Tłuszcz 26,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,60 g Węglowodny przyswajalne 55,00 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy 7,50 g Sól 1,30 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 251,00 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 131,30 kcal Białko ogółem 137,70 g Tłuszcz 81,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 35,90 g Węglowodny przyswajalne 198,80 g cukry suma 41,70 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 6,10 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 2025-10-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 50g ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 359,50 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 41,30 g cukry suma 7,50 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 2,00 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kurczak duszony z pastą pomidorową i oliwkami 80g/60ml A Ziemniaki 100g Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 485,80 kcal Białko ogółem 22,70 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 56,80 g cukry suma 18,70 g Błonnik pokarmowy 12,40 g Sól 1,80 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-pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) pasztecik drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 100g-2szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 478,50 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g Węglowodny przyswajalne 38,60 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 598,60 kcal Białko ogółem 86,80 g Tłuszcz 59,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,90 g Węglowodny przyswajalne 170,30 g cukry suma 68,70 g Błonnik pokarmowy 24,00 g Sól 5,50 g

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