

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	1-Podstawowa	Chleb wielozłazisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR) Rukola 10g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115.3 /(porcja 586g) = 678,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 586g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /(porcja 586g) = 30,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 586g) = 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 /(porcja 586g) = 62,60 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 586g) = 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 586g) = 14,60 g Sól (100g)= 4 /(porcja 586g) = 2,20 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Ryba smażona 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.4 /(porcja 970g) = 783,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 970g) = 32,30 g Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 970g) = 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 970g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /(porcja 970g) = 122,30 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 970g) = 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 970g) = 21,60 g Sól (100g)= 2 /(porcja 970g) = 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 720g) = 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 720g) = 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 720g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 720g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g) = 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 720g) = 7,30 g Sól (100g)= 1 /(porcja 720g) = 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 021,30 kcal Białko ogółem 84,70 g Tłuszcz 71,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 246,20 g cukry suma 63,50 g Błonnik pokarmowy 43,50 g Sól 4,60 g

08.05.25r. *skrypt*
STARSZY DIETETYK

mgr inż. *Magdalena Kwiatkowska*

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108.5 /(porcja 581g) = 638,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 581g) = 27,90 g Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 581g) = 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 581g) = 11,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 581g) = 63,40 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 581g) = 14,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 581g) = 8,60 g Sól (100g)= 3 /(porcja 581g) = 1,50 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 1120g) = 869,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1120g) = 49,80 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1120g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1120g) = 132,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1120g) = 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1120g) = 27,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g) = 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 720g) = 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 720g) = 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 720g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 720g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g) = 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 720g) = 7,30 g Sól (100g)= 1 /(porcja 720g) = 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 067,10 kcal Białko ogółem 101,80 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 257,30 g cukry suma 55,50 g Błonnik pokarmowy 43,00 g Sól 2,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE.) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.2 /(porcja 580g)= 501,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 580g)= 21,00 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 580g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 580g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 580g)= 62,60 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 580g)= 10,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 580g)= 4,70 g Sól (100g)= .4 /(porcja 580g)= 2,50 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /(porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /(porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /(porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /(porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /(porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /(porcja 1g)= 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.6 /(porcja 1100g)= 884,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1100g)= 52,80 g Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 1100g)= 4,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 /(porcja 1100g)= 159,20 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1100g)= 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1100g)= 33,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /(porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 150g)= 0,10 g	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Sok z marchwi 200ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.8 /(porcja 720g)= 519,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 720g)= 23,70 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 720g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 720g)= 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 720g)= 72,50 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g)= 22,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 720g)= 5,20 g Sól (100g)= .3 /(porcja 720g)= 1,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 034,60 kcal Białko ogółem 105,70 g Tłuszcz 41,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 304,40 g cukry suma 60,20 g Błonnik pokarmowy 46,60 g Sól 5,10 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek 4-Latwostrawna z ogr. sub. pobudz. wyd. soku żołądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z białek jaj z koperkiem 120g (JAJ, MLE.) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.2 /(porcja 565g)= 523,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 565g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= 4.7 /(porcja 565g)= 25,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 565g)= 13,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /(porcja 565g)= 52,00 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 565g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 565g)= 4,00 g Sól (100g)= .4 /(porcja 565g)= 2,20 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /(porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /(porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /(porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /(porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /(porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /(porcja 1g)= 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.6 /(porcja 1120g)= 962,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 1120g)= 52,20 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7 /(porcja 1120g)= 152,10 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1120g)= 18,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /(porcja 1120g)= 31,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 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	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.9 /(porcja 705g)= 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 705g)= 22,00 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 705g)= 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 705g)= 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /(porcja 705g)= 62,00 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 705g)= 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 705g)= 4,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 705g)= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,00 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 67,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 283,50 g cukry suma 68,00 g Błonnik pokarmowy 44,60 g Sól 4,40 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.7 /(porcja 500g)= 348,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 500g)= 1,90 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 z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112.2 /(porcja 501g)= 561,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.3 /(porcja 501g)= 26,60 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 501g)= 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 501g)= 9,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.1 /(porcja 501g)= 70,20 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 501g)= 15,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 501g)= 5,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g)= 0,40 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Mięso drobiowe z warzywami (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 199.9 /(porcja 301g)= 605,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9.8 /(porcja 301g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 6.2 /(porcja 301g)= 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 301g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.4 /(porcja 301g)= 73,90 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 301g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.8 /(porcja 301g)= 14,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 301g)= 0,40 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2 /(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 500g)= 0,30 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 359,00 kcal Białko ogółem 115,90 g Tłuszcz 70,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,20 g Węglowodny przyswajalne 302,30 g cukry suma 41,70 g Błonnik pokarmowy 29,40 g Sól 1,30 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	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	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 160 /(porcja 301g)= 484,80 kcal Białko ogółem (100g)= 8 /(porcja 301g)= 24,20 g Tłuszcz (100g)= 5.2 /(porcja 301g)= 15,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 301g)= 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19 /(porcja 301g)= 57,60 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 301g)= 8,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.3 /(porcja 301g)= 9,90 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,40 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2 /(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 500g)= 0,30 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 171,60 kcal Białko ogółem 102,20 g Tłuszcz 62,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 290,20 g cukry suma 34,00 g Błonnik pokarmowy 21,70 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 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 697,20 kcal Białko ogółem 27,70 g Tłuszcz 35,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,00 g Węglowodny przyswajalne 56,30 g cukry suma 16,60 g Błonnik pokarmowy 15,80 g Sól 2,40 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 843,00 kcal Białko ogółem 37,40 g Tłuszcz 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 120,10 g cukry suma 25,30 g Błonnik pokarmowy 21,50 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek 120g A (MLE,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,20 kcal Białko ogółem 24,00 g Tłuszcz 13,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 024,40 kcal Białko ogółem 89,10 g Tłuszcz 75,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalne 237,60 g cukry suma 64,90 g Błonnik pokarmowy 44,60 g Sól 4,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek 9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR,) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.7 /(porcja 580g)= 563,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 580g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 580g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 580g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 580g)= 58,40 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 580g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 580g)= 5,60 g Sól (100g)= 2 /(porcja 580g)= 1,40 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /(porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /(porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /(porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /(porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /(porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /(porcja 1g)= 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 1120g)= 869,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 1120g)= 49,80 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1120g)= 132,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1120g)= 27,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /(porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9 /(porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 150g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 720g)= 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 720g)= 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 720g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 720g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g)= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 720g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 720g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 121,10 kcal Białko ogółem 105,60 g Tłuszcz 68,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 262,40 g cukry suma 60,60 g Błonnik pokarmowy 43,00 g Sól 2,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek 6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	chleb wieloziarnisty 115g (<i>GLU Ows, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (<i>JAJ, GOR</i>) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.9 /(porcja 605g) = 569,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 605g) = 23,30 g Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 605g) = 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 605g) = 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9 /(porcja 605g) = 46,30 g cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 605g) = 7,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 605g) = 12,80 g Sól (100g)= .4 /(porcja 605g) = 2,20 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /(porcja 1g) = 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /(porcja 1g) = 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /(porcja 1g) = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /(porcja 1g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /(porcja 1g) = 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /(porcja 1g) = 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /(porcja 1g) = 3,00 g Sól (100g)= 18 /(porcja 1g) = 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB</i>) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Ziemniaki 200g a Surówka colesław 150g A (<i>JAJ, GOR</i>) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.2 /(porcja 1120g) = 713,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1120g) = 44,50 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1120g) = 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1120g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 1120g) = 108,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1120g) = 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1120g) = 21,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g) = 1,90 g		Chleb graham 90g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.4 /(porcja 720g) = 538,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 720g) = 24,80 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 720g) = 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /(porcja 720g) = 55,10 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 720g) = 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 720g) = 8,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 720g) = 0,60 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło 10g (<i>MLE</i>) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 180.3 /(porcja 140g) = 254,00 kcal Białko ogółem (100g)= 8.2 /(porcja 140g) = 11,60 g Tłuszcz (100g)= 8.2 /(porcja 140g) = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 140g) = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.4 /(porcja 140g) = 23,10 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 140g) = 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.7 /(porcja 140g) = 5,30 g Sól (100g)= .6 /(porcja 140g) = 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 149,90 kcal Białko ogółem 108,60 g Tłuszcz 81,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 237,60 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 50,70 g Sól 5,70 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	GL - Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.1 /(porcja 596g)= 582,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 596g)= 20,00 g Tłuszcz (100g)= 5 /(porcja 596g)= 29,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 596g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /(porcja 596g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 596g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 596g)= 5,60 g Sól (100g)= .5 /(porcja 596g)= 2,60 g	Minestrone z ziemniakami 300 ml A bezglutenowa (SEL) Ryba duszona 100g A b/g (RYB) Sos cytrynowo-koperkowy bezmleczny 120g A Ziemniaki 300g A Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.7 /(porcja 1220g)= 896,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 1220g)= 45,10 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1220g)= 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1220g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /(porcja 1220g)= 143,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1220g)= 25,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /(porcja 1220g)= 34,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 2,00 g	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek 120g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.6 /(porcja 735g)= 518,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 735g)= 15,70 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 735g)= 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 735g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 /(porcja 735g)= 52,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 735g)= 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 735g)= 3,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 735g)= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 998,10 kcal Białko ogółem 80,80 g Tłuszcz 73,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 248,90 g cukry suma 66,90 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 6,10 g		

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 15:11:23

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Pasta z jaj z koperkiem 120 g b/m (JAJ, GOR.) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101 /(porcja 585g)= 594,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 585g)= 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 585g)= 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 585g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 585g)= 58,40 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 585g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 585g)= 5,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 585g)= 0,40 g		Minestrone z ziemniakami 300 ml A bezglutenowa (SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy bezzmączny 120g A Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.7 /(porcja 1120g)= 941,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 1120g)= 48,70 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 1120g)= 27,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 1120g)= 126,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1120g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /(porcja 1120g)= 32,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 0,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.8 /(porcja 665g)= 532,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 665g)= 21,00 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 665g)= 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 665g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 /(porcja 665g)= 58,60 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 665g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 665g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 665g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 067,30 kcal Białko ogółem 93,20 g Tłuszcz 75,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,40 g Węglowodny przyswajalne 243,60 g cukry suma 45,20 g Błonnik pokarmowy 45,40 g Sól 1,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	We- Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.8 /(porcja 581g)= 651,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 581g)= 28,10 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /(porcja 581g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 581g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 581g)= 69,70 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 581g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 581g)= 8,60 g Sól (100g)= .3 /(porcja 581g)= 1,70 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.9 /(porcja 1120g)= 843,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1120g)= 37,40 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 1120g)= 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 1120g)= 120,10 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 1120g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,80 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) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 720g)= 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 720g)= 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 720g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /(porcja 720g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g)= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 720g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 720g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 053,90 kcal Białko ogółem 89,60 g Tłuszcz 74,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 251,10 g cukry suma 63,80 g Błonnik pokarmowy 37,40 g Sól 4,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	C1 - Dieta podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 670,90 kcal Białko ogółem 28,10 g Tłuszcz 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 61,70 g cukry suma 16,40 g Błonnik pokarmowy 14,10 g Sól 2,20 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Ryba smażona 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB,) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 783,80 kcal Białko ogółem 32,30 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalne 122,30 g cukry suma 23,10 g Błonnik pokarmowy 21,60 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 559,00 kcal Białko ogółem 24,10 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 013,70 kcal Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 71,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 62,50 g Błonnik pokarmowy 43,00 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 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-16 piątek	C2- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem 120g (JAJ, GOR,) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 638,20 kcal Białko ogółem 27,90 g Tłuszcz 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,50 g Węglowodny przyswajalne 63,40 g cukry suma 14,90 g Błonnik pokarmowy 8,60 g Sól 1,50 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL,) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 869,90 kcal Białko ogółem 49,80 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,70 g Węglowodny przyswajalne 132,60 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 27,10 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,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 559,00 kcal Białko ogółem 24,10 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 067,10 kcal Białko ogółem 101,80 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 257,30 g cukry suma 55,50 g Błonnik pokarmowy 43,00 g Sól 2,60 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-16 piątek	C3-Ograniczenie łatw.przys.węglu(CukrzycowaMatki)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 200g A (JAJ, GOR.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 606,00 kcal Białko ogółem 32,20 g Tłuszcz 24,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,90 g Węglowodny przyswajalne 52,90 g cukry suma 7,60 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 2,40 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	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 150g A (RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 777,20 kcal Białko ogółem 56,80 g Tłuszcz 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 108,10 g cukry suma 22,30 g Błonnik pokarmowy 21,50 g Sól 2,00 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 200g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 552,80 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 21,90 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 0,70 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 205,00 kcal Białko ogółem 15,00 g Tłuszcz 4,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 23,30 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 216,00 kcal Białko ogółem 141,70 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,30 g Węglowodny przyswajalne 247,10 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 50,70 g Sól 6,50 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-16 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-16 piątek	P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Chleb wieloziarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g A (JAJ, GOR.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 490,60 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 24,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 42,80 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,60 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	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kotlet rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 100g Surówka coleslaw 100g G (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 489,10 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 9,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 77,90 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 11,30 g Sól 1,00 g	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 483,40 kcal Białko ogółem 20,80 g Tłuszcz 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 22,10 g Błonnik pokarmowy 5,20 g Sól 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 588,90 kcal Białko ogółem 65,10 g Tłuszcz 58,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,70 g Węglowodny przyswajalne 183,70 g cukry suma 62,10 g Błonnik pokarmowy 28,20 g Sól 3,30 g	

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