

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	1-Podstawowa	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 Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.1/(porcja 610g)= 694,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 610g) = 28,80 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 610g) = 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 610g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5/(porcja 610g)= 90,60 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 610g) = 27,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 610g) = 12,30 g Sól (100g)= .4/(porcja 610g)= 2,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.1/(porcja 1000g)= 821,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1000g) = 39,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1000g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1000g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.8/(porcja 1000g)= 128,30 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1000g) = 17,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1000g) = 21,20 g Sól (100g)= .2/(porcja 1000g) = 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa a z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewka 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7/(porcja 720g)= 540,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 720g) = 24,60 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 720g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 720g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 720g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 720g) = 15,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 720g) = 7,70 g Sól (100g)= .2/(porcja 720g)= 1,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 056,20 kcal Białko ogółem 93,10 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 276,70 g cukry suma 60,80 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 5,20 g	

akcept. 08.04.25r.
DIETETYK
Anna Klasa
mgr Anna Klasa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	2-Lowosławna	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 Rukola 10g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124/(porcja 560g) = 688,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1/(porcja 560g) = 28,50 g Tłuszcz (100g)= 4/(porcja 560g) = 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9/(porcja 560g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.2/(porcja 560g) = 90,00 g cukry suma (100g)= 4.8/(porcja 560g) = 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1/(porcja 560g) = 11,50 g Sól (100g)= .4/(porcja 560g) = 2,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Marchew babka duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3/(porcja 801g) = 702,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8/(porcja 801g) = 40,40 g Tłuszcz (100g)= 1.5/(porcja 801g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 801g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12/(porcja 801g) = 99,90 g cukry suma (100g)= 1.6/(porcja 801g) = 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 801g) = 17,00 g Sól (100g)= .1/(porcja 801g) = 0,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7/(porcja 720g) = 540,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5/(porcja 720g) = 24,60 g Tłuszcz (100g)= 3.2/(porcja 720g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3/(porcja 720g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1/(porcja 720g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 2.2/(porcja 720g) = 15,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1/(porcja 720g) = 7,70 g Sól (100g)= .2/(porcja 720g) = 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 932,30 kcal Białko ogółem 93,50 g Tłuszcz 57,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 247,70 g cukry suma 55,70 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 4,20 g

2025-04-17 czwartek	3-Latwostawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.5 / (porcja 550g) = 613,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 / (porcja 550g) = 28,40 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 550g) = 13,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 550g) = 5,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.2 / (porcja 550g) = 89,90 g cukry suma (100g)= 4,8 / (porcja 550g) = 26,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 550g) = 11,50 g Sól (100g)= .4 / (porcja 550g) = 2,20 g		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 220g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.7 / (porcja 1020g) = 736,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 1020g) = 41,10 g Tłuszcz (100g)= 1.3 / (porcja 1020g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1020g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 / (porcja 1020g) = 107,60 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 1020g) = 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 1020g) = 17,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1020g) = 1,20 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatosowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65.2 / (porcja 710g) = 466,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 710g) = 24,60 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 710g) = 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 710g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 / (porcja 710g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 710g) = 15,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 710g) = 7,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 710g) = 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 816,80 kcal Białko ogółem 94,10 g Tłuszcz 41,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 255,30 g cukry suma 55,60 g Błonnik pokarmowy 36,40 g Sól 4,70 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
2025-04-17 czwartek 4-Latwostawna z ogr.sub.pobudź.wyd.soku.złodek.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140 / (porcja 405g) = 560,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6.4 / (porcja 405g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 5.3 / (porcja 405g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 405g) = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.3 / (porcja 405g) = 65,20 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 405g) = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 405g) = 6,80 g Sól (100g)= .6 / (porcja 405g) = 2,50 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 / (porcja 801g) = 702,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 / (porcja 801g) = 40,40 g Tłuszcz (100g)= 1.5 / (porcja 801g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 801g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 801g) = 99,90 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 801g) = 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 801g) = 17,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 801g) = 0,70 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 61.2 / (porcja 130g) = 79,40 kcal Białko ogółem (100g)= .6 / (porcja 130g) = 0,80 g Tłuszcz (100g)= .2 / (porcja 130g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 130g) = 0,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7 / (porcja 130g) = 17,90 g cukry suma (100g)= 12.1 / (porcja 130g) = 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 130g) = 1,40 g Sól (100g)= 0 / (porcja 130g) = g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.9 / (porcja 505g) = 489,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 / (porcja 505g) = 21,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 505g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 505g) = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 / (porcja 505g) = 51,50 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 505g) = 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 505g) = 2,80 g Sól (100g)= .4 / (porcja 505g) = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 885,90 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,70 g Węglowodny przyswajalne 239,60 g cukry suma 53,90 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sól 5,40 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
2025-04-17 czwartek	12- Papkowała	zupa warzywna +ryż+masło+mieso 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+mieso 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	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 168 /(porcja 301g)= 508,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9.1 /(porcja 301g)= 27,60 g Tłuszcz (100g)= 5.6 /(porcja 301g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 301g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.4 /(porcja 301g)= 55,80 g cukry suma (100g)= 3.3 /(porcja 301g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.7 /(porcja 301g)= 17,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+mieso 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+mieso 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] 2 385,00 kcal Białko ogółem 113,10 g Tłuszcz 83,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 284,30 g cukry suma 41,70 g Błonnik pokarmowy 29,20 g Sól 1,20 g	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	14- Plyma wzmożona	zupa warzywna +ryż+masło+mieso 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+mieso 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	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Plyma (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128 /(porcja 301g)= 387,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7.3 /(porcja 301g)= 22,00 g Tłuszcz (100g)= 4.6 /(porcja 301g)= 13,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 301g)= 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 301g)= 39,50 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 301g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 301g)= 12,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mieso 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+mieso 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] 2 254,60 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 81,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,00 g Węglowodny przyswajalne 272,10 g cukry suma 33,30 g Błonnik pokarmowy 24,40 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-04-17 czwartek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowe)		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 619,60 kcal Białko ogółem 28,70 g Tłuszcz 14,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 90,50 g cukry suma 27,30 g Błonnik pokarmowy 12,30 g Sól 2,20 g		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 821,00 kcal Białko ogółem 39,70 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 128,30 g cukry suma 17,80 g Błonnik pokarmowy 21,20 g Sól 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 574,00 kcal Białko ogółem 24,60 g Tłuszcz 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 7,70 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 014,60 kcal Białko ogółem 93,00 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,40 g Węglowodny przyswajalne 276,60 g cukry suma 60,80 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 5,20 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 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	9-Bogatobiłkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 140,1 / (porcja 430g)= 609,30 kcal Białko ogółem (100g)= 6,4 / (porcja 430g)= 27,70 g Tłuszcz (100g)= 5 / (porcja 430g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 / (porcja 430g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,6 / (porcja 430g)= 72,10 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 430g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 / (porcja 430g)= 10,10 g Sól (100g)= .5 / (porcja 430g)= 2,20 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE.</i>) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 / (porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 / (porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 / (porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 / (porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 280g)= 0,10 g	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym m 100g/120ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Ryż biały 200g Marchew babry duszona z sezamem 150g (<i>SEZ.</i>) Herbata malinowa z 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,6 / (porcja 801g)= 738,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,8 / (porcja 801g)= 48,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 / (porcja 801g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 801g)= 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 801g)= 99,90 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 801g)= 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 801g)= 17,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 801g)= 0,70 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (<i>MLE.</i>) 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 (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Golonkowa delikatniejsza z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (<i>SEL.</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,7 / (porcja 720g)= 540,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 720g)= 24,60 g Tłuszcz (100g)= 3,2 / (porcja 720g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 720g)= 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 / (porcja 720g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 2,2 / (porcja 720g)= 15,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 720g)= 7,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 720g)= 1,30 g	Wartość energetyczną[kcal] 2 100,70 kcal Białko ogółem 108,30 g Tłuszcz 61,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 265,80 g cukry suma 60,80 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 4,40 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 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	6-z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.3 /(porcja 450g) = 342,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 450g) = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 450g) = 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 450g) = 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 450g) = 36,20 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 450g) = 2,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 450g) = 5,60 g Sól (100g)= .4 /(porcja 450g) = 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /(porcja 280g) = 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 280g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 280g) = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /(porcja 280g) = 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 /(porcja 280g) = 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 280g) = 0,10 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.8 /(porcja 1000g) = 808,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1000g) = 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1000g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /(porcja 1000g) = 124,80 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1000g) = 17,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1000g) = 21,20 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,70 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatosa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.8 /(porcja 720g) = 520,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 720g) = 25,30 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 720g) = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 720g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 /(porcja 720g) = 51,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 720g) = 11,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 720g) = 8,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 720g) = 1,40 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 181.2 /(porcja 140g) = 255,20 kcal Białko ogółem (100g)= 8.2 /(porcja 140g) = 11,60 g Tłuszcz (100g)= 7 /(porcja 140g) = 9,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 140g) = 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.7 /(porcja 140g) = 23,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 140g) = 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /(porcja 140g) = 4,90 g Sól (100g)= .1 /(porcja 140g) = 0,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 059,10 kcal Białko ogółem 98,90 g Tłuszcz 65,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 259,20 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 41,60 g Sól 5,40 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadlospis_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: 2025-04-07 13:28:56

strona 9 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.3 /(porcja 615g) = 445,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /(porcja 615g) = 12,50 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 615g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 615g) = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /(porcja 615g) = 57,00 g cukry suma (100g)= 4 /(porcja 615g) = 25,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 615g) = 3,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 615g) = 2,40 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml bezmleczna A Ryż pełnoziarnisty 220g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.7 /(porcja 1000g) = 1 017,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 1000g) = 50,00 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 1000g) = 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1000g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.7 /(porcja 1000g) = 147,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1000g) = 17,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1000g) = 22,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,70 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.6 /(porcja 735g) = 504,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 735g) = 18,00 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 735g) = 24,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 735g) = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /(porcja 735g) = 48,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 735g) = 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 735g) = 3,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 735g) = 1,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 967,40 kcal Białko ogółem 80,50 g Tłuszcz 70,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,40 g Węglowodny przyswajalne 252,30 g cukry suma 59,50 g Błonnik pokarmowy 29,10 g Sól 5,80 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadlospis_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: 2025-04-07 13:28:56

strona 10 z 16

2025-04-17 czwartek							
ML - Bezmleczna							
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.3 /(porcja 600g)= 443,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 600g)= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 600g)= 5,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 600g)= 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /(porcja 600g)= 73,70 g cukry suma (100g)= 4 /(porcja 600g)= 23,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 600g)= 8,30 g Sól (100g)= .4 /(porcja 600g)= 2,00 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml bezmleczna A Ryż biały 220g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.8 /(porcja 1070g)= 941,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 1070g)= 40,00 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 1070g)= 32,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1070g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 1070g)= 117,70 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 1070g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 1070g)= 15,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1070g)= 1,20 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Miód porcjowany 1szt=25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1 /(porcja 690g)= 593,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 /(porcja 690g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 690g)= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /(porcja 690g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 690g)= 74,90 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 690g)= 14,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 690g)= 7,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 690g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 978,60 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,60 g Węglowodny przyswajalne 266,30 g cukry suma 50,00 g Błonnik pokarmowy 31,30 g Sól 3,80 g

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

2025-04-17 czwartek							
We- Wegańska							
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128.2 /(porcja 610g)= 891,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /(porcja 610g)= 34,20 g Tłuszcz (100g)= 5.3 /(porcja 610g)= 32,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 610g)= 20,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 /(porcja 610g)= 90,60 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 610g)= 27,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 610g)= 12,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 610g)= 1,90 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z brokulami 200g (GLU Psz.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65.2 /(porcja 1100g)= 724,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 1100g)= 17,00 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /(porcja 1100g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 1100g)= 129,30 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 1100g)= 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 22,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,50 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 sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7 /(porcja 720g)= 541,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 720g)= 23,70 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 720g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 720g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 720g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 720g)= 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 720g)= 7,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 720g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 066,60 kcal Białko ogółem 74,90 g Tłuszcz 72,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,50 g Węglowodny przyswajalne 277,60 g cukry suma 65,70 g Błonnik pokarmowy 42,00 g Sól 5,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	C1- Dieta podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g rzodkiewka 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 694,40 kcal Białko ogółem 28,80 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 90,60 g cukry suma 27,40 g Błonnik pokarmowy 12,30 g Sól 2,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 821,00 kcal Białko ogółem 39,70 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 128,30 g cukry suma 17,80 g Błonnik pokarmowy 21,20 g Sól 1,70 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) twarożek 60g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 540,80 kcal Białko ogółem 24,60 g Tłuszcz 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 7,70 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 056,20 kcal Białko ogółem 93,10 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 276,70 g cukry suma 60,80 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sól 5,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-17 czwartek	C2- Dieta Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 688,70 kcal Białko ogółem 28,50 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 90,00 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 11,50 g Sól 2,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż biały 220g A Marchew babę duszona z sezamem 150g (SEZ,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 799,00 kcal Białko ogółem 41,50 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 111,50 g cukry suma 13,30 g Błonnik pokarmowy 17,30 g Sól 1,20 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) twarożek 60g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 540,80 kcal Białko ogółem 24,60 g Tłuszcz 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,20 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 7,70 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 028,50 kcal Białko ogółem 94,60 g Tłuszcz 62,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,80 g Węglowodny przyswajalne 259,30 g cukry suma 55,70 g Błonnik pokarmowy 36,50 g Sól 4,70 g

2025-04-17 czwartek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
C3-Ograniczenie łatw.przys. węglo.(Cukrzycowa/kalki)		Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 362,40 kcal Białko ogółem 26,40 g Tłuszcz 11,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 36,70 g cukry suma 2,50 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 187,40 kcal Białko ogółem 8,40 g Tłuszcz 4,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 28,10 g cukry suma 25,90 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,30 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym m 150g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 891,00 kcal Białko ogółem 58,20 g Tłuszcz 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 124,80 g cukry suma 17,80 g Błonnik pokarmowy 21,20 g Sól 1,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 519,20 kcal Białko ogółem 32,70 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,10 g Węglowodny przyswajalne 53,00 g cukry suma 13,50 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 1,30 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szynka kostowa z kurcząt 80g A (SOJ.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 286,10 kcal Białko ogółem 18,30 g Tłuszcz 8,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 24,30 g cukry suma 2,40 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 246,10 kcal Białko ogółem 144,00 g Tłuszcz 60,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,70 g Węglowodny przyswajalne 266,90 g cukry suma 62,10 g Błonnik pokarmowy 41,60 g Sól 6,00 g

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

2025-04-17 czwartek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
P1- Dieta Podstawowa Dziecięca		Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 682,70 kcal Białko ogółem 30,30 g Tłuszcz 37,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,20 g Węglowodny przyswajalne 57,30 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sól 1,80 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 79,40 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 17,90 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka z fileta z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym m 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 100g got Herbata malinowa z cukrem 250ml Wartość energetyczna[kcal] 685,20 kcal Białko ogółem 38,20 g Tłuszcz 8,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 109,80 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 13,80 g Sól 1,40 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 343,20 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 37,00 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 4,60 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 869,50 kcal Białko ogółem 89,80 g Tłuszcz 60,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,60 g Węglowodny przyswajalne 235,00 g cukry suma 56,10 g Błonnik pokarmowy 28,50 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.