

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	1- Podstawowa	Chleb wielozłazniasty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135 /(porcja 545g)= 749,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 545g)= 33,50 g Tłuszcz (100g)= 6.7 /(porcja 545g)= 37,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 545g)= 19,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /(porcja 545g)= 66,70 g cukry suma (100g)= 2.6 /(porcja 545g)= 14,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 545g)= 15,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 545g)= 1,80 g		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87 /(porcja 1100g)= 966,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 1100g)= 50,70 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 1100g)= 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 1100g)= 158,10 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 1100g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /(porcja 1100g)= 28,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlinka z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.7 /(porcja 660g)= 484,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 660g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 660g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 660g)= 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 660g)= 53,50 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 660g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 660g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 200,80 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,30 g Węglowodny przyswajalne 278,30 g cukry suma 49,10 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 3,90 g

dłup. 08.05.25

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszeniczny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 116 /(porcja 580g)= 682,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 580g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /(porcja 580g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 580g)= 13,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 580g)= 77,70 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 580g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 580g)= 9,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 580g)= 0,80 g		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.6 /(porcja 1100g)= 907,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 1100g)= 41,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 1100g)= 146,90 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 1100g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1100g)= 18,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlinka z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.7 /(porcja 660g)= 484,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 660g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 660g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 660g)= 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 660g)= 53,50 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 660g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 660g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 073,50 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 56,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,20 g Węglowodny przyswajalne 278,10 g cukry suma 52,60 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 2,80 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 104,4 /(porcja 580g)= 614,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 /(porcja 580g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 580g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 580g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /(porcja 580g)= 81,60 g cukry suma (100g)= 3,1 /(porcja 580g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 580g)= 8,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 580g)= 2,00 g		Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,2 /(porcja 1000g)= 821,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /(porcja 1000g)= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1000g)= 10,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1000g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /(porcja 1000g)= 134,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1000g)= 20,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 1000g)= 15,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1000g)= 0,40 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,8 /(porcja 660g)= 445,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 660g)= 21,30 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /(porcja 660g)= 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 660g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,7 /(porcja 660g)= 64,80 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 660g)= 13,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 660g)= 3,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 660g)= 2,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 977,40 kcal Białko ogółem 106,40 g Tłuszcz 37,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,60 g Węglowodny przyswajalne 287,20 g cukry suma 57,90 g Błonnik pokarmowy 27,50 g Sól 5,20 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-08 14:45:24

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku żołądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,5 /(porcja 565g)= 636,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 565g)= 29,00 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /(porcja 565g)= 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 565g)= 13,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.8 /(porcja 565g)= 71,10 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 565g)= 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 565g)= 8,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 565g)= 1,70 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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL), Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.6 /(porcja 1100g)= 907,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 1100g)= 41,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 1100g)= 146,90 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 1100g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1100g)= 18,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 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) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94 /(porcja 445g)= 427,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 445g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 445g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 445g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 /(porcja 445g)= 48,20 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 081,10 kcal Białko ogółem 91,90 g Tłuszcz 56,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,20 g Węglowodny przyswajalne 283,70 g cukry suma 62,90 g Błonnik pokarmowy 30,60 g Sól 4,60 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-08 14:45:24

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	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	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Jogurt naturalny 150g-tszt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+zi emniaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62.9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 5 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-08 14:45:24

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	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] 2 037,80 kcal Białko ogółem 115,40 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,60 g Węglowodny przyswajalne 234,90 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 6 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-08 14:45:24

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 619,40 kcal Białko ogółem 30,20 g Tłuszcz 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 64,30 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 16,80 g Sól 1,50 g		Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 966,60 kcal Białko ogółem 50,70 g Tłuszcz 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 158,10 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,60 kcal Białko ogółem 21,60 g Tłuszcz 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 53,60 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 103,60 kcal Białko ogółem 102,50 g Tłuszcz 58,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 276,00 g cukry suma 54,00 g Błonnik pokarmowy 50,60 g Sól 3,60 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 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 200g A (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 116,4 /(porcja 660g)= 776,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 660g)= 39,60 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 660g)= 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 /(porcja 660g)= 16,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /(porcja 660g)= 80,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 660g)= 21,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /(porcja 660g)= 9,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 660g)= 0,70 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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,6 /(porcja 1100g)= 907,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /(porcja 1100g)= 41,30 g Tłuszcz (100g)= 1 /(porcja 1100g)= 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,2 /(porcja 1100g)= 146,90 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 1100g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 1100g)= 18,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,50 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /(porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /(porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /(porcja 100g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 100g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,7 /(porcja 660g)= 484,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 660g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 660g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 660g)= 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 660g)= 53,50 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 660g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 660g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 300,40 kcal Białko ogółem 109,50 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,70 g Węglowodny przyswajalne 299,00 g cukry suma 61,20 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 2,90 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela 6-Z ograniczeniem łatwo przys. węgl.(Cukrzycowa)	chleb wielozłarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.5 /(porcja 545g) = 547,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 545g) = 25,30 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 545g) = 30,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.9 /(porcja 545g) = 16,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 /(porcja 545g) = 39,50 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 545g) = 6,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 545g) = 12,80 g Sól (100g)= .3 /(porcja 545g) = 1,80 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	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓL, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 /(porcja 1100g) = 947,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /(porcja 1100g) = 50,70 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 1100g) = 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 1100g) = 153,20 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1100g) = 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /(porcja 1100g) = 28,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g) = 0,60 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.5 /(porcja 660g) = 463,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 660g) = 22,30 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 660g) = 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 660g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 /(porcja 660g) = 47,40 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 660g) = 8,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 660g) = 6,30 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g) = 1,50 g	Pieczyno-pszemno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137.2 /(porcja 130g) = 178,20 kcal Białko ogółem (100g)= 7.9 /(porcja 130g) = 10,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 130g) = 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 130g) = 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.3 /(porcja 130g) = 23,80 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 130g) = 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.8 /(porcja 130g) = 4,90 g Sól (100g)= .4 /(porcja 130g) = 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 190,30 kcal Białko ogółem 112,40 g Tłuszcz 67,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,20 g Węglowodny przyswajalne 269,00 g cukry suma 38,20 g Błonnik pokarmowy 52,30 g Sól 4,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.2 /(porcja 535g) = 485,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 535g) = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 535g) = 28,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 535g) = 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9 /(porcja 535g) = 41,40 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 535g) = 11,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 535g) = 2,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 535g) = 2,10 g		Grochowa z ziemniakami 300ml A bez glutnowa (SEL) Klopsiki drobiowe pieczone z marchewką 2szt - 100g A bez glutenu (JAJ) Sos pietruszkowy 120g b/g A Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.1 /(porcja 1200g) = 1 076,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 1200g) = 58,40 g Tłuszcz (100g)= .9 /(porcja 1200g) = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1200g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.7 /(porcja 1200g) = 183,60 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 1200g) = 24,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1 /(porcja 1200g) = 38,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1200g) = 0,70 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66.6 /(porcja 675g) = 444,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /(porcja 675g) = 13,20 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 675g) = 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 675g) = 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.7 /(porcja 675g) = 44,40 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 675g) = 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /(porcja 675g) = 1,30 g Sól (100g)= .4 /(porcja 675g) = 2,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 005,90 kcal Białko ogółem 89,20 g Tłuszcz 63,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 269,40 g cukry suma 50,60 g Błonnik pokarmowy 42,10 g Sól 5,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JAJ.</i>) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94,9 /(porcja 565g)= 526,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 565g)= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 565g)= 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 565g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /(porcja 565g)= 57,60 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 565g)= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 565g)= 5,60 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 565g)= 0,40 g		Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g bez glutenowa A (<i>JAJ.</i>) Sos pietruszkowy 120g b/g A kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz.</i>) marchew duszona 150g A herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,3 /(porcja 1100g)= 992,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /(porcja 1100g)= 40,10 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1100g)= 33,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 1100g)= 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /(porcja 1100g)= 119,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 22,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1100g)= 0,60 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL.</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,6 /(porcja 665g)= 517,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 665g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 665g)= 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 665g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /(porcja 665g)= 53,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 665g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /(porcja 665g)= 5,50 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 665g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 037,10 kcal Białko ogółem 82,60 g Tłuszcz 79,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,40 g Węglowodny przyswajalne 230,40 g cukry suma 39,50 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sól 2,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela	We- Vegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Ser żółty 60g A (<i>MLE.</i>) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138,8 /(porcja 520g)= 730,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6,4 /(porcja 520g)= 33,40 g Tłuszcz (100g)= 6,2 /(porcja 520g)= 32,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 520g)= 20,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 /(porcja 520g)= 74,70 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 520g)= 13,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 520g)= 9,60 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 520g)= 1,30 g		Grochowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Ryba gotowana w jarzynach 150g (<i>RYB, SEL.</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz.</i>) Surówka z marchwi 150g A (<i>MLE.</i>) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,1 /(porcja 1050g)= 791,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 1050g)= 49,80 g Tłuszcz (100g)= ,6 /(porcja 1050g)= 5,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,1 /(porcja 1050g)= 0,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,4 /(porcja 1050g)= 143,70 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 1050g)= 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,8 /(porcja 1050g)= 27,70 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1050g)= 1,70 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JAJ.</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL.</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /(porcja 705g)= 563,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 705g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 705g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 705g)= 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /(porcja 705g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 705g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /(porcja 705g)= 5,50 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 705g)= 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 085,90 kcal Białko ogółem 105,50 g Tłuszcz 66,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,60 g Węglowodny przyswajalne 271,70 g cukry suma 50,10 g Błonnik pokarmowy 42,80 g Sól 3,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-18 niedziela								
	C1- Dieta podstawowa	Śniadanie Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) Chleb wieloziarnisty 85g (<i>GLU Ows, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Ser żółty 60g A (<i>MLE,</i>) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE,</i>) Wartość energetyczna[kcal] 749,80 kcal Białko ogółem 33,50 g Tłuszcz 37,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,80 g Węglowodny przyswajalne 66,70 g cukry suma 14,30 g Błonnik pokarmowy 15,00 g Sól 1,80 g	2. śniadanie	Obiad Grochowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (<i>GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,</i>) Sos pietruszkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE,</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz,</i>) Surówka z marchwi 150g A (<i>MLE,</i>) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 966,60 kcal Białko ogółem 50,70 g Tłuszcz 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 158,10 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 0,60 g	Podwieczorek	Kolacja Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL,</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,40 kcal Białko ogółem 21,60 g Tłuszcz 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 53,50 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,50 g	Posilek nocny	SUMA Wartość energetyczna[kcal] 2 200,80 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,30 g Węglowodny przyswajalne 278,30 g cukry suma 49,10 g Błonnik pokarmowy 48,80 g Sól 3,90 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-18 niedziela		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
	C2- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek naturalny 120g A (<i>MLE</i>) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] 682,10 kcal Białko ogółem 30,70 g Tłuszcz 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 77,70 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 0,80 g		Koperkowa z zacierką 300ml (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (<i>GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz</i>) Sos pietruszkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz</i>) Surówka z marchwi 150g A (<i>MLE</i>) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 907,00 kcal Białko ogółem 41,30 g Tłuszcz 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,10 g Węglowodny przyswajalne 146,90 g cukry suma 20,80 g Błonnik pokarmowy 18,40 g Sól 0,50 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,40 kcal Białko ogółem 21,60 g Tłuszcz 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 53,50 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 073,50 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 56,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,20 g Węglowodny przyswajalne 278,10 g cukry suma 52,60 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 2,80 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela C3-Ograniczenie łatw.przys. węgiel(CukrzycowalMakki)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Ser żółty 80g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 533,10 kcal Białko ogółem 30,40 g Tłuszcz 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,50 g Węglowodny przyswajalne 39,70 g cukry suma 6,00 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 2,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 54,00 kcal Białko ogółem 3,80 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 5,10 g cukry suma 5,10 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 3sz-150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Surówka z marchwi 150g A (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 003,50 kcal Białko ogółem 73,30 g Tłuszcz 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 153,20 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 28,30 g Sól 0,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 441,90 kcal Białko ogółem 22,20 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 8,90 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 255,90 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 24,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,40 kcal Białko ogółem 142,80 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 269,60 g cukry suma 38,20 g Błonnik pokarmowy 52,30 g Sól 5,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-18 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-18 niedziela P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb wieloziarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 644,50 kcal Białko ogółem 30,20 g Tłuszcz 34,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,80 g Węglowodny przyswajalne 52,80 g cukry suma 13,10 g Błonnik pokarmowy 10,50 g Sól 1,40 g	Skyr jagodowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 14,40 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU Psz, SEL) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLU Psz) Surówka z marchwi 100g A herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 754,50 kcal Białko ogółem 43,20 g Tłuszcz 11,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 120,30 g cukry suma 16,40 g Błonnik pokarmowy 23,10 g Sól 0,50 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 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 410,30 kcal Białko ogółem 17,70 g Tłuszcz 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 41,20 g cukry suma 12,30 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 983,10 kcal Białko ogółem 106,50 g Tłuszcz 64,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,90 g Węglowodny przyswajalne 241,00 g cukry suma 67,70 g Błonnik pokarmowy 38,30 g Sól 3,20 g