

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	1-Podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.7 / (porcja 655g) = 618,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 / (porcja 655g) = 30,00 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 655g) = 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 655g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 / (porcja 655g) = 62,10 g cukry suma (100g)= 3.3 / (porcja 655g) = 22,10 g Blonnik pokarmowy (100g)= 1.8 / (porcja 655g) = 12,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 655g) = 2,20 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz,) Surówka porowa 150g A (JA, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.4 / (porcja 1100g) = 1 026,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 1100g) = 41,60 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 / (porcja 1100g) = 153,40 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,70 g Blonnik pokarmowy (100g)= 2.7 / (porcja 1100g) = 30,20 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,20 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,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.4 / (porcja 660g) = 482,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 660g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 660g) = 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 660g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 / (porcja 660g) = 54,40 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 660g) = 13,70 g Blonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 660g) = 5,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 660g) = 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 127,40 kcal Białko ogółem 91,40 g Tłuszcz 66,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 269,90 g cukry suma 56,50 g Blonnik pokarmowy 47,70 g Sól 3,40 g

Okcept. 11.04.25r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-09 12:43:56

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	2-Lawodstawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.9 / (porcja 630g) = 599,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 / (porcja 630g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 630g) = 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 630g) = 11,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 / (porcja 630g) = 70,10 g cukry suma (100g)= 3.4 / (porcja 630g) = 21,20 g Blonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 630g) = 6,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 630g) = 1,70 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL,) Makaron gotowany 200g (GLU Psz,) Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 / (porcja 1100g) = 916,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 / (porcja 1100g) = 41,70 g Tłuszcz (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 / (porcja 1100g) = 143,80 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 1100g) = 14,30 g Blonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 17,10 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,30 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,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.4 / (porcja 660g) = 482,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 660g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 660g) = 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 660g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 / (porcja 660g) = 54,40 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 660g) = 13,70 g Blonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 660g) = 5,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 660g) = 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 998,00 kcal Białko ogółem 91,40 g Tłuszcz 56,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,40 g Węglowodny przyswajalne 268,30 g cukry suma 49,20 g Blonnik pokarmowy 29,20 g Sól 3,00 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-09 12:43:56

strona 2 z 16

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2025-04-19 sobota	3.Latostawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (<i>MLE.</i>) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,8 /(porcja 680g)= 598,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /(porcja 680g)= 37,30 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 680g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 680g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /(porcja 680g)= 71,50 g cukry suma (100g)= 3,6 /(porcja 680g)= 23,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 680g)= 6,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 680g)= 1,70 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Sos mięsny ala bolognese 200g (<i>GLUPsz, SEL.</i>) Makaron gotowy any 250g (<i>GLU Psz.</i>) Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 /(porcja 1100g)= 988,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1100g)= 44,20 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /(porcja 1100g)= 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,7 /(porcja 1100g)= 163,40 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 1100g)= 14,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 1100g)= 17,90 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,40 g			Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL.</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 61,2 /(porcja 650g)= 407,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 650g)= 19,70 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /(porcja 650g)= 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 650g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 650g)= 54,30 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 650g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 650g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 650g)= 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 994,60 kcal Białko ogółem 101,20 g Tłuszcz 41,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 289,20 g cukry suma 52,20 g Błonnik pokarmowy 29,90 g Sól 3,10 g

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

2025-04-19 sobota							
4-Latniostawna z ogr.sab.pobudź.wyd.soku żółdk.		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
		Bułka pszenna 75g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,6 /(porcja 465g)= 502,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 465g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /(porcja 465g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /(porcja 465g)= 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /(porcja 465g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 465g)= 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 465g)= 2,90 g Sól (100g)= .6 /(porcja 465g)= 2,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE.</i>) 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL.</i>) Sos mięsny ala bolognese 200g (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Makaron gotowy any 200g (<i>GLU Psz.</i>) Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,5 /(porcja 1100g)= 916,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 1100g)= 41,70 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /(porcja 1100g)= 143,80 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 1100g)= 14,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 17,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,30 g	Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 /(porcja 150g)= 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /(porcja 150g)= 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2 /(porcja 150g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /(porcja 150g)= 12,40 g cukry suma (100g)= 8,1 /(porcja 150g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 150g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 150g)= g	Bułka pszenna 75g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 /(porcja 445g)= 425,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 445g)= 15,70 g Tłuszcz (100g)= 3,9 /(porcja 445g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 445g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 445g)= 49,10 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 445g)= 7,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 445g)= 2,70 g Sól (100g)= .4 /(porcja 445g)= 1,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 954,80 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 55,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,30 g Węglowodny przyswajalne 263,70 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 24,20 g Sól 4,90 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 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	12- Papkowata	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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 199.8 / (porcja 301g) = 605,50 kcal Białko ogółem (100g)= 9.8 / (porcja 301g) = 29,80 g Tłuszcz (100g)= 6 / (porcja 301g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 301g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.8 / (porcja 301g) = 75,10 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 301g) = 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.8 / (porcja 301g) = 17,50 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] 2 481,60 kcal Białko ogółem 115,30 g Tłuszcz 84,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 303,60 g cukry suma 39,20 g Błonnik pokarmowy 29,30 g Sól 1,20 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	14- Plyma wzmożniona	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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Plyma (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 159.8 /(porcja 301g) = 484,40 kcal Białko ogółem (100g)= 8 /(porcja 301g) = 24,20 g Tłuszcz (100g)= 5 /(porcja 301g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 301g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.4 /(porcja 301g) = 58,80 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 301g) = 5,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 301g) = 12,80 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] 2 351,20 kcal Białko ogółem 102,20 g Tłuszcz 82,20 g Kwasy tłuszczowe i nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 291,40 g cukry suma 30,80 g Błonnik pokarmowy 24,60 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-04-19 sobota	6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		chleb wielozłazmsty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarógzek 60g A (MLE,) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.3 /porcja 505g = 486,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 505g = 24,90 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /porcja 505g = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /porcja 505g = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /porcja 505g = 39,10 g cukry suma (100g)= 1.1 /porcja 505g = 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 505g = 11,60 g Sól (100g)= .5 /porcja 505g = 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34.6 /porcja 300g = 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /porcja 300g = 4,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /porcja 300g = 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 300g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /porcja 300g = 15,30 g cukry suma (100g)= 4.8 /porcja 300g = 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 300g = 2,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 300g = 0,10 g	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz,) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.7 /porcja 1100g = 929,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 1100g = 41,20 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /porcja 1100g = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /porcja 1100g = 141,40 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 1100g = 17,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /porcja 1100g = 30,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g = 0,30 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.3 /porcja 660g = 461,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 660g = 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /porcja 660g = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 660g = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 /porcja 660g = 48,20 g cukry suma (100g)= 1.4 /porcja 660g = 9,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 660g = 6,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 660g = 1,10 g	Pieczynwo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE,) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 /porcja 120g = 250,60 kcal Białko ogółem (100g)= 12.5 /porcja 120g = 15,10 g Tłuszcz (100g)= 8.7 /porcja 120g = 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6.2 /porcja 120g = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.3 /porcja 120g = 23,30 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 120g = 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 /porcja 120g = 4,90 g Sól (100g)= .5 /porcja 120g = 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 233,50 kcal Białko ogółem 106,50 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 267,30 g cukry suma 48,90 g Błonnik pokarmowy 55,10 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-09 12:43:56

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-04-19 sobota	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		chleb bez glutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarógzek 60g A (MLE,) Rukola 10g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76 /porcja 645g = 475,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 /porcja 645g = 18,10 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /porcja 645g = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 645g = 9,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /porcja 645g = 51,20 g cukry suma (100g)= 3.3 /porcja 645g = 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 645g = 3,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 645g = 2,50 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL,) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g bez glutenu (SEL,) Ziemniaki 300g A Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.9 /porcja 1200g = 1 023,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 1200g = 39,60 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /porcja 1200g = 14,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1200g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.6 /porcja 1200g = 170,10 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 1200g = 27,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.4 /porcja 1200g = 42,00 g Sól (100g)= 0 /porcja 1200g = 0,40 g		chleb bez glutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67 /porcja 675g = 446,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /porcja 675g = 13,20 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /porcja 675g = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 675g = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.7 /porcja 675g = 44,80 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 675g = 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 675g = 1,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 675g = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 944,90 kcal Białko ogółem 70,90 g Tłuszcz 56,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,60 g Węglowodny przyswajalne 266,10 g cukry suma 63,70 g Błonnik pokarmowy 46,70 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-04-09 12:43:56

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
2025-04-19 sobota	7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych (sercowe)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 644,40 kcal Białko ogółem 29,50 g Tłuszcz 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 56,70 g cukry suma 22,40 g Błonnik pokarmowy 13,80 g Sól 2,40 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 026,70 kcal Białko ogółem 41,60 g Tłuszcz 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 153,40 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sól 0,20 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 407,80 kcal Białko ogółem 19,70 g Tłuszcz 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 54,30 g cukry suma 13,60 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 078,90 kcal Białko ogółem 90,80 g Tłuszcz 63,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,70 g Węglowodny przyswajalne 264,40 g cukry suma 56,70 g Błonnik pokarmowy 49,50 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.

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	9-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118,3 / (porcja 540g)= 622,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,9 / (porcja 540g)= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 4,6 / (porcja 540g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 540g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 / (porcja 540g)= 61,40 g cukry suma (100g)= 2,7 / (porcja 540g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 540g)= 4,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 540g)= 1,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 / (porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 300g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .7 / (porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 / (porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 / (porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 300g)= 0,10 g	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Kalafior duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,5 / (porcja 1100g)= 916,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 / (porcja 1100g)= 41,70 g Tłuszcz (100g)= 1,5 / (porcja 1100g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 / (porcja 1100g)= 143,80 g cukry suma (100g)= 1,3 / (porcja 1100g)= 14,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 1100g)= 17,10 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g)= 0,30 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,4 / (porcja 150g)= 111,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 / (porcja 150g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 150g)= 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 150g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 / (porcja 150g)= 16,50 g cukry suma (100g)= 9,3 / (porcja 150g)= 13,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 / (porcja 150g)= 0,20 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,4 / (porcja 660g)= 482,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 660g)= 19,80 g Tłuszcz (100g)= 2,9 / (porcja 660g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 660g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 / (porcja 660g)= 54,40 g cukry suma (100g)= 2,1 / (porcja 660g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 660g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 660g)= 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 237,10 kcal Białko ogółem 107,10 g Tłuszcz 63,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 291,40 g cukry suma 70,70 g Błonnik pokarmowy 29,20 g Sól 3,20 g

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota ML - Bezmleczna	Herbata z cukrem 250ml A chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,3 /(porcja 575g)= 513,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 575g)= 20,40 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 575g)= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 575g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /(porcja 575g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2,8 /(porcja 575g)= 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 575g)= 6,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 575g)= 1,40 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (<i>GLU Psz, SEL</i>) Sos mięsny ala bolognese 200g (<i>GLU Psz, SEL</i>) Makaron gotowany 250g (<i>GLU Psz</i>) Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,3 /(porcja 1100g)= 903,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /(porcja 1100g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /(porcja 1100g)= 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /(porcja 1100g)= 149,00 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 1100g)= 17,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 17,00 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,50 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 Golonkowa delikatowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,4 /(porcja 665g)= 515,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 665g)= 19,80 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 665g)= 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 665g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 665g)= 54,40 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 665g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 665g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 665g)= 1,10 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 Golonkowa delikatowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (<i>SEL</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,4 /(porcja 665g)= 515,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 665g)= 19,80 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 665g)= 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 665g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /(porcja 665g)= 54,40 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 665g)= 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 665g)= 5,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 665g)= 1,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 932,30 kcal Białko ogółem 80,70 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,40 g Węglowodny przyswajalne 268,60 g cukry suma 47,70 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 3,00 g

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

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota We - Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE</i>) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,6 /(porcja 630g)= 597,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /(porcja 630g)= 27,10 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 630g)= 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 630g)= 12,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 /(porcja 630g)= 70,80 g cukry suma (100g)= 3,8 /(porcja 630g)= 23,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 630g)= 6,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 630g)= 0,60 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL</i>) Gulasz z soczewicy czerwonej z fasolką szparagową i cukinią 200g Makaron pełnoziarnisty 200g (<i>GLU Psz</i>) Surówka porowa 150g A (<i>JAJ, GOR</i>) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,4 /(porcja 1100g)= 959,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 1100g)= 33,60 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /(porcja 1100g)= 156,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /(porcja 1100g)= 32,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,20 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) 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)= 74,3 /(porcja 700g)= 530,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 700g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 700g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 700g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /(porcja 700g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 700g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 700g)= 5,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 700g)= 0,40 g	Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) 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)= 74,3 /(porcja 700g)= 530,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 /(porcja 700g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 700g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 700g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,5 /(porcja 700g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 700g)= 13,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 700g)= 5,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 700g)= 0,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 087,90 kcal Białko ogółem 83,00 g Tłuszcz 62,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 280,20 g cukry suma 59,20 g Błonnik pokarmowy 44,20 g Sól 1,20 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota C1- Dieta podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 618,10 kcal Białko ogółem 30,00 g Tłuszcz 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 62,10 g cukry suma 22,10 g Błonnik pokarmowy 12,00 g Sól 2,20 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 026,70 kcal Białko ogółem 41,60 g Tłuszcz 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 153,40 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sól 0,20 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.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 482,60 kcal Białko ogółem 19,80 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 54,40 g cukry suma 13,70 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 127,40 kcal Białko ogółem 91,40 g Tłuszcz 66,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 269,90 g cukry suma 56,50 g Błonnik pokarmowy 47,70 g Sól 3,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota C2- Dieta Lahostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 599,10 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalne 70,10 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,70 g		Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Makaron gotowany 250g (GLU Psz.) Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 988,50 kcal Białko ogółem 44,20 g Tłuszcz 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 163,40 g cukry suma 14,90 g Błonnik pokarmowy 17,90 g Sól 0,40 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.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 482,60 kcal Białko ogółem 19,80 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 54,40 g cukry suma 13,70 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 070,20 kcal Białko ogółem 93,90 g Tłuszcz 54,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,30 g Węglowodny przyswajalne 287,90 g cukry suma 49,80 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 3,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-04-19 sobota	C3-Ograniczenie łatw.przys. węglu (Cukrzycowa(Ma))	chleb wielozłazmsty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa- wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 538,70 kcal Białko ogółem 32,20 g Tłuszcz 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 40,50 g cukry suma 8,00 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 104,80 kcal Białko ogółem 4,80 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 15,30 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 250g A (GLU Psz, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 910,00 kcal Białko ogółem 66,70 g Tłuszcz 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 118,00 g cukry suma 17,80 g Błonnik pokarmowy 24,40 g Sól 0,40 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatowa a z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 387,00 kcal Białko ogółem 20,40 g Tłuszcz 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 48,10 g cukry suma 9,00 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 1,10 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 311,40 kcal Białko ogółem 20,30 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 23,60 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 251,90 kcal Białko ogółem 144,40 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 245,50 g cukry suma 51,30 g Błonnik pokarmowy 49,30 g Sól 4,80 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 2025-04-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-04-19 sobota							
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny
P1- Dieta Podstawowa Dziecięca		Chleb wielozłazmsty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa- wędlna z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 462,00 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 38,00 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,80 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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Makaron gotowany 100g A (GLU Psz.) Surówka porowa 100g G (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 835,00 kcal Białko ogółem 35,40 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g Węglowodny przyswajalne 126,80 g cukry suma 14,60 g Błonnik pokarmowy 19,20 g Sól 0,20 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	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 408,50 kcal Białko ogółem 15,90 g Tłuszcz 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 42,10 g cukry suma 12,40 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 879,30 kcal Białko ogółem 92,40 g Tłuszcz 57,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 233,60 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 29,40 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.