

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	1-Podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124,5 /(porcja 600g) = 732,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 600g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 600g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 600g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,3 /(porcja 600g) = 89,80 g cukry suma (100g)= 4,6 /(porcja 600g) = 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 600g) = 11,40 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 600g) = 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, MLE.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,5 /(porcja 1000g) = 975,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 1000g) = 37,60 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 1000g) = 29,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /(porcja 1000g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,9 /(porcja 1000g) = 128,50 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1000g) = 24,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /(porcja 1000g) = 26,30 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1000g) = 2,10 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /(porcja 480g) = 463,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 480g) = 23,80 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 480g) = 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 480g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /(porcja 480g) = 51,00 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 480g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 480g) = 5,60 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 480g) = 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 170,70 kcal Białko ogółem 89,70 g Tłuszcz 73,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 269,30 g cukry suma 61,30 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 5,50 g

akcept. 12.06.25r.
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: 2025-06-11 13:48:57

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	2-Latwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124,5 /(porcja 600g) = 732,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /(porcja 600g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 600g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 600g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,3 /(porcja 600g) = 89,80 g cukry suma (100g)= 4,6 /(porcja 600g) = 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 600g) = 11,40 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 600g) = 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,4 /(porcja 1000g) = 883,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 1000g) = 46,50 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /(porcja 1000g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /(porcja 1000g) = 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /(porcja 1000g) = 114,70 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1000g) = 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9 /(porcja 1000g) = 29,20 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1000g) = 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,2 /(porcja 480g) = 463,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 480g) = 23,80 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 480g) = 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 480g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /(porcja 480g) = 51,00 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 480g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 480g) = 5,60 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 480g) = 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 079,30 kcal Białko ogółem 98,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 255,50 g cukry suma 53,90 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sól 3,90 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: 2025-06-11 13:48:57

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128 /(porcja 460g) = 581,70 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 460g) = 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 460g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 460g) = 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.6 /(porcja 460g) = 75,60 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 460g) = 10,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 460g) = 7,40 g Sól (100g)= .6 /(porcja 460g) = 2,80 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	Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Schab duszony w wodzie 100g A Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.2 /(porcja 1000g) = 862,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1000g) = 47,90 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1000g) = 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1000g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 1000g) = 115,90 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1000g) = 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 /(porcja 1000g) = 28,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g) = 0,50 g	Skyr naturalny 150g (<i>MLE.</i>) 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 (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 /(porcja 480g) = 423,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 480g) = 23,40 g Tłuszcz (100g)= 1.7 /(porcja 480g) = 8,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 480g) = 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 480g) = 62,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 480g) = 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 480g) = 3,50 g Sól (100g)= .5 /(porcja 480g) = 2,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 097,00 kcal Białko ogółem 121,00 g Tłuszcz 46,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,30 g Węglowodny przyswajalne 282,90 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 6,00 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku zołądk.	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 Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,1/(porcja 445g)= 618,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6/(porcja 445g)= 25,30 g Tłuszcz (100g)= 6,1/(porcja 445g)= 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6/(porcja 445g)= 11,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3/(porcja 445g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 2,3/(porcja 445g)= 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 445g)= 6,70 g Sól (100g)= ,5/(porcja 445g)= 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)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 150g)= g Sól (100g)= ,1/(porcja 150g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,4/(porcja 1000g)= 883,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7/(porcja 1000g)= 46,50 g Tłuszcz (100g)= 2,1/(porcja 1000g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4/(porcja 1000g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5/(porcja 1000g)= 114,70 g cukry suma (100g)= 1,7/(porcja 1000g)= 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,9/(porcja 1000g)= 29,20 g Sól (100g)= ,1/(porcja 1000g)= 0,50 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.) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,1/(porcja 465g)= 445,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8/(porcja 465g)= 21,70 g Tłuszcz (100g)= 3,5/(porcja 465g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9/(porcja 465g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4/(porcja 465g)= 51,70 g cukry suma (100g)= 2,1/(porcja 465g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,6/(porcja 465g)= 2,90 g Sól (100g)= ,5/(porcja 465g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 081,90 kcal Białko ogółem 98,10 g Tłuszcz 67,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,20 g Węglowodny przyswajalne 254,40 g cukry suma 57,70 g Błonnik pokarmowy 40,20 g Sól 5,20 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	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-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+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	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	14- Płynna wzmocniona	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		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	Wartość energetyczna[kcal] 2 099,40 kcal Białko ogółem 124,00 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,30 g Węglowodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,70 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 710,70 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 89,70 g cukry suma 26,70 g Błonnik pokarmowy 11,40 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 000,90 kcal Białko ogółem 43,80 g Tłuszcz 31,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 125,30 g cukry suma 24,60 g Błonnik pokarmowy 26,40 g Sól 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 441,30 kcal Białko ogółem 23,70 g Tłuszcz 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 50,90 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 152,90 kcal Białko ogółem 95,80 g Tłuszcz 70,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 265,90 g cukry suma 61,30 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 5,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	9- Bogatobiałkowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka 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 Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137.1/(porcja 470g)= 653,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5.8/(porcja 470g)= 27,50 g Tłuszcz (100g)= 5,6/(porcja 470g)= 26,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3/(porcja 470g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.1/(porcja 470g)= 71,90 g cukry suma (100g)= 2.3/(porcja 470g)= 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1/(porcja 470g)= 10,00 g Sól (100g)= .5/(porcja 470g)= 2,20 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.4/(porcja 1000g)= 883,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7/(porcja 1000g)= 46,50 g Tłuszcz (100g)= 2.1/(porcja 1000g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1000g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5/(porcja 1000g)= 114,70 g cukry suma (100g)= 1.7/(porcja 1000g)= 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9/(porcja 1000g)= 29,20 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g)= 0,50 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.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.6/(porcja 480g)= 464,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4/(porcja 480g)= 25,60 g Tłuszcz (100g)= 3.5/(porcja 480g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9/(porcja 480g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5/(porcja 480g)= 50,20 g cukry suma (100g)= 2.1/(porcja 480g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 480g)= 5,60 g Sól (100g)= .3/(porcja 480g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 246,10 kcal Białko ogółem 108,60 g Tłuszcz 68,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 276,30 g cukry suma 72,70 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sól 4,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.5 /(porcja 440g)= 380,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 440g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 440g)= 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 440g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 /(porcja 440g)= 35,40 g cukry suma (100g)= .5 /(porcja 440g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 440g)= 4,70 g Sól (100g)= .5 /(porcja 440g)= 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.5 /(porcja 1000g)= 1 024,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /(porcja 1000g)= 47,90 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 1000g)= 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 1000g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /(porcja 1000g)= 123,60 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1000g)= 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /(porcja 1000g)= 26,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jecz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE,) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.5 /(porcja 450g)= 388,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 450g)= 23,00 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 450g)= 16,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 450g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 450g)= 35,50 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 450g)= 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 450g)= 4,30 g Sól (100g)= .3 /(porcja 450g)= 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło 10g (MLE,) Szynka łoskowa 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] 2 182,00 kcal Białko ogółem 104,20 g Tłuszcz 78,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,60 g Węglowodny przyswajalne 241,10 g cukry suma 54,60 g Błonnik pokarmowy 42,20 g Sól 5,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Miód porcjowany 2szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.4 /(porcja 655g)= 642,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 655g)= 12,20 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 655g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 655g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.4 /(porcja 655g)= 96,00 g cukry suma (100g)= 3.8 /(porcja 655g)= 25,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 655g)= 2,70 g Sól (100g)= .4 /(porcja 655g)= 2,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Ziemniaki 300g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.9 /(porcja 1100g)= 887,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 1100g)= 45,30 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1100g)= 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 1100g)= 120,00 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1100g)= 23,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1100g)= 27,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,10 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE,) Szynka łoskowa z kurcząt 60g (SOJ,) twarożek 60g A (MLE,) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.4 /(porcja 495g)= 426,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 495g)= 17,20 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 495g)= 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 495g)= 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /(porcja 495g)= 41,40 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 495g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 495g)= 1,40 g Sól (100g)= .3 /(porcja 495g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 957,40 kcal Białko ogółem 74,70 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 257,40 g cukry suma 60,80 g Błonnik pokarmowy 31,50 g Sól 6,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	ML- Bezmleczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,8 /(porcja 600g)= 534,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 600g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /(porcja 600g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /(porcja 600g)= 72,90 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 600g)= 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 600g)= 7,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 600g)= 2,10 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,7 /(porcja 1100g)= 1 008,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 1100g)= 51,20 g Tłuszcz (100g)= 2,1 /(porcja 1100g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 1100g)= 136,20 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1100g)= 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /(porcja 1100g)= 34,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR,) Rukola 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,9 /(porcja 470g)= 447,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 470g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 470g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 470g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 470g)= 48,80 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 470g)= 7,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 470g)= 5,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 470g)= 1,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 989,40 kcal Białko ogółem 95,00 g Tłuszcz 55,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 257,90 g cukry suma 49,10 g Błonnik pokarmowy 47,60 g Sól 3,70 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 11 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	We- Wegetariańska	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124,6 /(porcja 640g)= 778,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 640g)= 29,00 g Tłuszcz (100g)= 5,1 /(porcja 640g)= 32,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 640g)= 12,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3 /(porcja 640g)= 89,50 g cukry suma (100g)= 4,3 /(porcja 640g)= 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 640g)= 11,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 640g)= 1,10 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Jajko sadzone 2szt. (JAJ,) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,9 /(porcja 1000g)= 1 018,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /(porcja 1000g)= 28,50 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 1000g)= 41,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g)= 5,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 1000g)= 122,90 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 1000g)= 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,6 /(porcja 1000g)= 25,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 1,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło porcjowane 10g W (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,6 /(porcja 505g)= 558,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /(porcja 505g)= 22,90 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /(porcja 505g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 /(porcja 505g)= 11,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 /(porcja 505g)= 70,70 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 505g)= 13,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 505g)= 5,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 505g)= 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 355,30 kcal Białko ogółem 80,40 g Tłuszcz 91,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,70 g Węglowodny przyswajalne 283,10 g cukry suma 64,10 g Błonnik pokarmowy 42,80 g Sól 3,20 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 12 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-11 13:48:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	C1- Dieta podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] 732,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 89,80 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 11,40 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Kotlet schabowy wiewprzowy smażony 100g A (<i>GLU Psz, JAJ, MLE</i>) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 975,30 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 29,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 128,50 g cukry suma 24,50 g Błonnik pokarmowy 26,30 g Sól 2,10 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>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR</i>) twarożek 60g A (<i>MLE</i>) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 463,00 kcal Białko ogółem 23,80 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 51,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 170,70 kcal Białko ogółem 89,70 g Tłuszcz 73,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 269,30 g cukry suma 61,30 g Błonnik pokarmowy 43,30 g Sól 5,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-19 czwartek	C2- Dieta Łatwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz,</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, 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 Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE,</i>) Wartość energetyczna[kcal] 732,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 89,80 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 11,40 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, MLE,</i>) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 883,90 kcal Białko ogółem 46,50 g Tłuszcz 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 114,70 g cukry suma 17,10 g Błonnik pokarmowy 29,20 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>) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (<i>GLU Psz, SEL, GOR,</i>) Rukola 10g twarożek 60g A (<i>MLE,</i>) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 463,00 kcal Białko ogółem 23,80 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 51,00 g cukry suma 10,00 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 079,30 kcal Białko ogółem 98,60 g Tłuszcz 64,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 255,50 g cukry suma 53,90 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sól 3,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	C3-Ograniczenie łatw.przys. węgl(CukrzycowaMak)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 358,50 kcal Białko ogółem 17,10 g Tłuszcz 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 35,40 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 133,40 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,50 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 20,80 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 077,80 kcal Białko ogółem 64,80 g Tłuszcz 31,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 123,00 g cukry suma 24,70 g Błonnik pokarmowy 26,50 g Sól 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Twarożek 120g A (MLE.) Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 534,90 kcal Białko ogółem 46,50 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 43,90 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,20 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyńka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 234,10 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 7,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 2,10 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 338,70 kcal Białko ogółem 144,50 g Tłuszcz 74,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,30 g Węglowodny przyswajalne 248,80 g cukry suma 67,60 g Błonnik pokarmowy 41,80 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-19 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-19 czwartek	P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 575,90 kcal Białko ogółem 24,90 g Tłuszcz 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 57,20 g cukry suma 10,50 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sól 2,10 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kotlet schabowy wieprzowy smażony 100g A (GLU Psz, JAJ, MLE.) Ziemniaki 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g got (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 727,10 kcal Białko ogółem 32,80 g Tłuszcz 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 86,70 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy 17,20 g Sól 1,40 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 111,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 387,40 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 37,50 g cukry suma 9,10 g Błonnik pokarmowy 3,50 g Sól 1,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 880,80 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 215,80 g cukry suma 65,60 g Błonnik pokarmowy 30,80 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.