

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-21 sobota 1-Podstawowa	<p>Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Zyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.1 /porcja 655g)= 614,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 655g)= 28,20 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 655g)= 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 655g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /porcja 655g)= 62,60 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 655g)= 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 655g)= 12,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 655g)= 1,80 g</p>		<p>Kalafirowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE), Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryz biały 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR), Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102 /porcja 901g)= 927,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 901g)= 37,50 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /porcja 901g)= 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 901g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.9 /porcja 901g)= 135,30 g cukry suma (100g)= 3.5 /porcja 901g)= 31,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 901g)= 16,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 901g)= 0,40 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128.1 /porcja 510g)= 640,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 510g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /porcja 510g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 510g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 510g)= 47,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 510g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 510g)= 2,30 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 181,80 kcal Białko ogółem 83,50 g Tłuszcz 65,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 245,20 g cukry suma 66,20 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 4,50 g</p>

Alecepcja
STARSZY DIETETYK

mgr Aleksandra Czarna

16.12.24

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:38:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-21 sobota 2-Latwostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.2 /porcja 630g)= 595,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 630g)= 28,10 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /porcja 630g)= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 630g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /porcja 630g)= 70,50 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 630g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 630g)= 6,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 630g)= 1,30 g</p>		<p>Kalafirowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE), Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE), Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.7 /porcja 901g)= 924,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /porcja 901g)= 43,20 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 901g)= 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 901g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /porcja 901g)= 125,40 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 901g)= 23,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /porcja 901g)= 15,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 901g)= 0,40 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128.1 /porcja 510g)= 640,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 510g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /porcja 510g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 510g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /porcja 510g)= 47,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 510g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 510g)= 2,30 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 160,10 kcal Białko ogółem 89,10 g Tłuszcz 64,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 243,20 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 4,00 g</p>

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 6

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:38:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 12- Papiłowata	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)= 71,6 /porcja 650g)= 477,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 650g)= 26,60 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 650g)= 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 650g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8 /porcja 650g)= 58,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g)= 19,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 650g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 650g)= 0,50 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE,) Mięso drobiowe z warzywami (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 177,8 /porcja 301g)= 538,80 kcal Białko ogółem (100g)= 9,3 /porcja 301g)= 28,00 g Tłuszcz (100g)= 5,6 /porcja 301g)= 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 301g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 21,1 /porcja 301g)= 63,90 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 301g)= 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5,8 /porcja 301g)= 17,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 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] 2 286,90 kcal Białko ogółem 114,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 48,00 g Błonnik pokarmowy 27,70 g Sól 1,30 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 14- Płynna wzmocniona	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)= 84,6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE,) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137,8 /porcja 301g)= 417,70 kcal Białko ogółem (100g)= 7,4 /porcja 301g)= 22,40 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 301g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /porcja 301g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,7 /porcja 301g)= 47,60 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 301g)= 5,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,3 /porcja 301g)= 12,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,10 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 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] 2 158,50 kcal Białko ogółem 101,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 256,20 g cukry suma 39,70 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 1,10 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 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 6-Z ograniczeniem ilości przyswajalnego węglowod. (Cukrzyca)	<p>chleb wielozłazniasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatniejsza z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96,5 /porcja 505g)= 482,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 505g)= 23,10 g Tłuszcz (100g)= 4,5 /porcja 505g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 505g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,9 /porcja 505g)= 39,60 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 505g)= 5,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 505g)= 11,60 g Sól (100g)= 4 /porcja 505g)= 1,90 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Pomarańcza 150g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= 0,7 /porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 5 /porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,7 /porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 300g)= 0,10 g</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Potrawka z ciocierzyc z papryką i pieczarkami 200g A (GLU Psz, SEL) Ryz pełnoziarnisty 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,1 /porcja 1100g)= 900,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 1100g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1100g)= 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1100g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 13,5 /porcja 1100g)= 149,40 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1100g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1100g)= 24,10 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1100g)= 0,50 g</p>		<p>Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8 /porcja 510g)= 508,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 510g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /porcja 510g)= 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 510g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 8,2 /porcja 510g)= 41,10 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 510g)= 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 510g)= 6,30 g Sól (100g)= 4 /porcja 510g)= 1,80 g</p>	<p>Pieczczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE) Ser żółty 30g W (MLE) Mix salat 30g</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 225,5 /porcja 130g)= 292,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9,7 /porcja 130g)= 12,60 g Tłuszcz (100g)= 12,5 /porcja 130g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 8,2 /porcja 130g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 17,6 /porcja 130g)= 22,80 g cukry suma (100g)= 1,3 /porcja 130g)= 1,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,8 /porcja 130g)= 5,00 g Sól (100g)= 4 /porcja 130g)= 0,50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 289,90 kcal Białko ogółem 87,20 g Tłuszcz 76,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalny 266,20 g cukry suma 45,70 g Błonnik pokarmowy 49,10 g Sól 4,80 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota Gl- Bezglutenowa	<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tosiowa z kurcząt 60g (SOJ) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,1 /porcja 645g)= 475,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 645g)= 18,20 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 645g)= 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 645g)= 8,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 8,2 /porcja 645g)= 51,20 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 645g)= 21,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 645g)= 3,40 g Sól (100g)= 3 /porcja 645g)= 1,60 g</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A bez glutenu Ryz biały 220g A Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,2 /porcja 1120g)= 980,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1120g)= 40,70 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 1120g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 12,7 /porcja 1120g)= 140,60 g cukry suma (100g)= 2,9 /porcja 1120g)= 32,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 1120g)= 15,50 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1120g)= 0,90 g</p>		<p>chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114 /porcja 525g)= 600,20 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 525g)= 9,40 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 525g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 525g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 7,2 /porcja 525g)= 38,10 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 525g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,2 /porcja 525g)= 1,30 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 525g)= 3,20 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 055,90 kcal Białko ogółem 68,30 g Tłuszcz 67,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,70 g Węglowodny przyswajalny 229,90 g cukry suma 66,90 g Błonnik pokarmowy 20,20 g Sól 5,70 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota	C1- Dieta podstawowa	Chleb wielozłamiasty 85g (GLU Ows, 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 Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 614,20 kcal Białko ogółem 28,20 g Tłuszcz 24,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 62,60 g cukry suma 22,40 g Błonnik pokarmowy 12,00 g Sól 1,80 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE.) Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryz biały 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 927,00 kcal Białko ogółem 37,50 g Tłuszcz 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 135,30 g cukry suma 31,90 g Błonnik pokarmowy 16,20 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) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 640,60 Kcal Białko ogółem 17,80 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 181,80 kcal Białko ogółem 83,50 g Tłuszcz 65,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 245,20 g cukry suma 66,20 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 4,50 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 13 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:39:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota	C2- Dieta Łatwostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 595,20 kcal Białko ogółem 28,10 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 70,50 g cukry suma 21,50 g Błonnik pokarmowy 6,50 g Sól 1,30 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE.) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE.) Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 924,30 kcal Białko ogółem 43,20 g Tłuszcz 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 125,40 g cukry suma 23,70 g Błonnik pokarmowy 15,80 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) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 640,60 kcal Białko ogółem 17,80 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 160,10 kcal Białko ogółem 89,10 g Tłuszcz 64,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 243,20 g cukry suma 57,10 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 4,00 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 14 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:39:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota	C3-Ograniczenie iatw.przys.węgl(CukrzykowaMak)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt)	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE)	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE)		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt)	Wartość energetyczna[kcal] 2 502,00 kcal Białko ogółem 148,10 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,30 g Węglowodny przyswajalne 265,00 g cukry suma 56,70 g Błonnik pokarmowy 49,20 g Sól 6,00 g
		Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Twarożek 120g A (MLE) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 540,60 kcal Białko ogółem 30,70 g Tłuszcz 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 41,70 g cukry suma 8,50 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,90 g	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	Potrąwka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryż pełnoziarnisty 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 904,20 kcal Białko ogółem 55,90 g Tłuszcz 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 137,20 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 24,30 g Sól 0,60 g		Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Skr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 641,00 kcal Białko ogółem 36,40 g Tłuszcz 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 47,20 g cukry suma 13,40 g Błonnik pokarmowy 6,30 g Sól 2,50 g	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	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota	P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wieloziarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt)	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE)	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE)	Pomarańcza 150g	Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt)		Wartość energetyczna[kcal] 1 858,80 kcal Białko ogółem 78,90 g Tłuszcz 55,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 234,70 g cukry suma 69,40 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 3,60 g
		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 Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 458,10 kcal Białko ogółem 23,90 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 38,50 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g	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	Potrąwka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryż biały 200g Surówka porowa 100g G (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 844,60 kcal Białko ogółem 36,50 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 127,30 g cukry suma 26,30 g Błonnik pokarmowy 13,90 g Sól 0,40 g	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	masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Salatka bawarska 60g (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 394,30 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 42,20 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,00 g Sól 1,60 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-12-21 sobota ML- Bezmleczna	Herbata z cukrem 250ml A chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt, Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR, Rukola 10g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87 /(porcja 575g)= 511,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 575g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 575g)= 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 575g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 575g)= 66,00 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 575g)= 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 575g)= 6,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 575g)= 1,00 g		Kalafirowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL, Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A bez mleczna (GLU Psz) Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.2 /(porcja 951g)= 911,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 951g)= 40,90 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 951g)= 29,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 951g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /(porcja 951g)= 115,70 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 951g)= 24,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 951g)= 13,40 g Sól (100g)= 0 /(porcja 951g)= 0,40 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt, Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt, Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 40g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR, Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128 /(porcja 515g)= 673,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 515g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 515g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 515g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 515g)= 47,30 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 515g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 515g)= 5,50 g Sól (100g)= .4 /(porcja 515g)= 2,30 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 095,40 kcal Białko ogółem 77,30 g Tłuszcz 69,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,50 g Węglowodny przyswajalne 229,00 g cukry suma 52,90 g Błonnik pokarmowy 25,40 g Sól 3,70 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 11 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:39:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-21 sobota We- Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt, masło porcjowane 10g (MLE, Twarożek 120g A (MLE, Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.2 /(porcja 630g)= 601,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 630g)= 27,40 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 630g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /(porcja 630g)= 12,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 630g)= 71,10 g cukry suma (100g)= 3.9 /(porcja 630g)= 24,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 630g)= 6,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 630g)= 0,60 g		Kalafirowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, Gulasz warzywny 200g (GLU Psz, Ryz biały 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR, Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94.4 /(porcja 901g)= 858,30 kcal Białko ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 901g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 901g)= 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 901g)= 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.8 /(porcja 901g)= 134,90 g cukry suma (100g)= 3.7 /(porcja 901g)= 33,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 901g)= 18,10 g Sól (100g)= 0 /(porcja 901g)= 0,20 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt, Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt, masło porcjowane 10g (MLE, Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR, Rukola 10g Miód porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 134.2 /(porcja 505g)= 671,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 505g)= 11,20 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 505g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 505g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 /(porcja 505g)= 66,80 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 505g)= 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 505g)= 5,60 g Sól (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 130,70 kcal Białko ogółem 55,70 g Tłuszcz 62,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 272,80 g cukry suma 70,00 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sól 2,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 12 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 11:39:39

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-21 sobota 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercewa)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) Mięso tłuszczowe do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 640,50 kcal Białko ogółem 27,70 g Tłuszcz 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 57,20 g cukry suma 22,60 g Błonnik pokarmowy 13,70 g Sól 2,00 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Potrawka z ciecierzycy, fileta z kurczaka z papryką i pieczarkami 200g A Ryż biały 200g Surówka porowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 927,00 kcal Białko ogółem 37,50 g Tłuszcz 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 135,30 g cukry suma 31,90 g Błonnik pokarmowy 16,20 g Sól 0,40 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 565,80 kcal Białko ogółem 17,70 g Tłuszcz 9,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 47,20 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 133,30 kcal Białko ogółem 82,90 g Tłuszcz 62,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,30 g Węglowodny przyswajalne 239,70 g cukry suma 66,30 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 4,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,3 /porcja 480g)= 544,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 /porcja 480g)= 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 480g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 /porcja 480g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7 /porcja 480g)= 60,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,9 /porcja 480g)= 4,50 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 480g)= 1,30 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)= 0,7 /porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /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)= 0,7 /porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 300g)= 0,10 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,7 /porcja 901g)= 924,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /porcja 901g)= 43,20 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 901g)= 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,3 /porcja 901g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /porcja 901g)= 125,40 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 901g)= 23,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 901g)= 15,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 901g)= 0,40 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)= 0 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 100g)= 0 g Sól (100g)= 0,1 /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 40g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128,1 /porcja 510g)= 640,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 510g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /porcja 510g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 510g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5 /porcja 510g)= 47,30 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 510g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 510g)= 5,50 g Sól (100g)= 0,5 /porcja 510g)= 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 293,10 kcal Białko ogółem 96,10 g Tłuszcz 67,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 261,40 g cukry suma 62,20 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sól 4,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), twarożek 60g A (MLE), Rukola 10g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,3 / (porcja 620g) = 520,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 / (porcja 620g) = 28,00 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 620g) = 12,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 620g) = 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,3 / (porcja 620g) = 70,50 g cukry suma (100g)= 3,4 / (porcja 620g) = 21,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 620g) = 6,50 g Sól (100g)= 2 / (porcja 620g) = 1,30 g</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE), Gulasz drobiowy gotowany w wodzie 200g b/g (SEL), Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,4 / (porcja 901g) = 976,30 kcal Białko ogółem (100g)= 6,7 / (porcja 901g) = 61,10 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 901g) = 25,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 901g) = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,3 / (porcja 901g) = 121,20 g cukry suma (100g)= 2,7 / (porcja 901g) = 24,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 / (porcja 901g) = 15,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 901g) = 0,50 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,3 / (porcja 435g) = 405,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 / (porcja 435g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= 1,2 / (porcja 435g) = 5,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 435g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,5 / (porcja 435g) = 67,50 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 435g) = 8,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 / (porcja 435g) = 5,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 435g) = 1,40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 992,30 kcal Białko ogółem 108,90 g Tłuszcz 42,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,20 g Węglowodny przyswajalne 259,20 g cukry suma 54,00 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sól 3,20 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-21 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-21 sobota 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudż.wyd.soku.ziołek.	<p>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 Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE)</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109,7 / (porcja 465g) = 498,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 / (porcja 465g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 4,3 / (porcja 465g) = 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 / (porcja 465g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,8 / (porcja 465g) = 53,80 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 465g) = 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 465g) = 2,90 g Sól (100g)= .5 / (porcja 465g) = 2,20 g</p>	<p>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) = 0 g Sól (100g)= .1 / (porcja 150g) = 0,10 g</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE), Potrawka drobiowa duszona z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE), Ryz biały 200g Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,7 / (porcja 901g) = 924,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 / (porcja 901g) = 43,20 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 901g) = 25,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 901g) = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 / (porcja 901g) = 125,40 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 901g) = 23,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 / (porcja 901g) = 15,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 901g) = 0,40 g</p>	<p>Jabiko 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) = 0 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) = 0 g</p>	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz), masło porcjowane 10g (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A</p> <p>Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,6 / (porcja 430g) = 463,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 / (porcja 430g) = 17,80 g Tłuszcz (100g)= 2,9 / (porcja 430g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 430g) = 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,7 / (porcja 430g) = 68,30 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 430g) = 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 430g) = 2,80 g Sól (100g)= .5 / (porcja 430g) = 2,30 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 996,70 kcal Białko ogółem 90,50 g Tłuszcz 59,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,70 g Węglowodny przyswajalne 265,00 g cukry suma 60,20 g Błonnik pokarmowy 23,00 g Sól 5,00 g</p>	

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