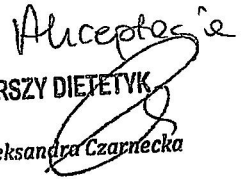


Jadospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek	1-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyntka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,5/(porcja 650g) = 683,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5/(porcja 650g) = 29,70 g Tłuszcz (100g)= 4,1/(porcja 650g) = 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 650g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4/(porcja 650g) = 76,10 g cukry suma (100g)= 3,9/(porcja 650g) = 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 650g) = 7,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 650g) = 1,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Filet drobiowy panierowany 100g (GLU Psz, JAJ, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86/(porcja 1000g) = 859,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8/(porcja 1000g) = 38,00 g Tłuszcz (100g)= 1,2/(porcja 1000g) = 11,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2/(porcja 1000g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7/(porcja 1000g) = 126,90 g cukry suma (100g)= 2,9/(porcja 1000g) = 29,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3/(porcja 1000g) = 23,00 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g) = 0,70 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1/(porcja 551g) = 517,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7/(porcja 551g) = 31,50 g Tłuszcz (100g)= 3,3/(porcja 551g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 551g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 551g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 551g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2060,10 kcal Białko ogółem 99,20 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,80 g Węglowodny przyswajalne 260,30 g cukry suma 72,00 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 2,60 g


 STARSZY DIETETYK
 mgr Aleksandra Czarna
 15.10.2024

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.rtf

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-10-15 09:45:32

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek	2-Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szyntka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,5/(porcja 650g) = 683,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5/(porcja 650g) = 29,70 g Tłuszcz (100g)= 4,1/(porcja 650g) = 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 650g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4/(porcja 650g) = 76,10 g cukry suma (100g)= 3,9/(porcja 650g) = 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 650g) = 7,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 650g) = 1,20 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Białka drobiowa gotowana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,1/(porcja 1120g) = 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4/(porcja 1120g) = 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,4/(porcja 1120g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2/(porcja 1120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10/(porcja 1120g) = 111,30 g cukry suma (100g)= 3,2/(porcja 1120g) = 35,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5/(porcja 1120g) = 27,40 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g) = 0,60 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1/(porcja 551g) = 517,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7/(porcja 551g) = 31,50 g Tłuszcz (100g)= 3,3/(porcja 551g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 551g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 551g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 551g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2013,00 kcal Białko ogółem 110,20 g Tłuszcz 60,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 244,70 g cukry suma 78,40 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 2,50 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.rtf

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-10-15 09:45:32

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek	12- Papiłkowa	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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)= 71.5 / (porcja 650g) = 477,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 650g) = 26,00 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 650g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 650g) = 8,30 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 174.2 / (porcja 301g) = 527,90 kcal Białko ogółem (100g)= 9.1 / (porcja 301g) = 27,60 g Tłuszcz (100g)= 5.5 / (porcja 301g) = 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.8 / (porcja 301g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 20.4 / (porcja 301g) = 61,60 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 301g) = 7,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.8 / (porcja 301g) = 17,50 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] 2 278,00 kcal Białko ogółem 114,30 g Tłuszcz 80,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 266,30 g cukry suma 48,00 g Błonnik pokarmowy 27,50 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek	14- Pymie 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Mieso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Pyma (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 134.2 / (porcja 301g) = 406,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7.3 / (porcja 301g) = 22,00 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 / (porcja 301g) = 45,50 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 301g) = 5,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 / (porcja 301g) = 12,80 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] 2 147,60 kcal Białko ogółem 101,20 g Tłuszcz 77,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 254,10 g cukry suma 39,70 g Błonnik pokarmowy 22,80 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek 6Z ograniczeniem łatwo przyswajalności (Cukrzyca)	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz, MLE) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JA, J) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SO, J) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,5 /porcja 490g)= 452,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 490g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 4,7 /porcja 490g)= 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 490g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,2 /porcja 490g)= 36,10 g cukry suma (100g)= .5 /porcja 490g)= 2,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 490g)= 4,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 490g)= 1,00 g	Banan 1szt-130g Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 /porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (MLE) Blika drobiowa gotowana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JA, J, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,3 /porcja 1120g)= 802,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 1120g)= 48,70 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1120g)= 11,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,1 /porcja 1120g)= 100,90 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 1120g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1120g)= 25,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1120g)= 0,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,4 /porcja 551g)= 496,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,8 /porcja 551g)= 32,20 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 551g)= 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 551g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,2 /porcja 551g)= 51,10 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 551g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 551g)= 9,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 551g)= 0,70 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) masło 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 180,3 /porcja 140g)= 254,00 kcal Białko ogółem (100g)= 8,2 /porcja 140g)= 11,60 g Tłuszcz (100g)= 8,2 /porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,7 /porcja 140g)= 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,4 /porcja 140g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 140g)= 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,7 /porcja 140g)= 5,30 g Sól (100g)= 1,1 /porcja 140g)= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,40 kcal Białko ogółem 119,70 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglowodny przyswajalne 234,20 g cukry suma 48,30 g Błonnik pokarmowy 45,50 g Sól 4,10 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JA, J) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SO, J) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,4 /porcja 655g)= 555,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 655g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 655g)= 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 655g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,5 /porcja 655g)= 56,90 g cukry suma (100g)= 3,7 /porcja 655g)= 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 655g)= 2,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 655g)= 1,40 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Blika drobiowa gotowana 100g A big Sos z zielonego groszku 120ml big A Ziemniaki 300g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JA, J, GOR) herbata dzika róża /jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,9 /porcja 1220g)= 985,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1220g)= 46,90 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1220g)= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 /porcja 1220g)= 133,20 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 1220g)= 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1220g)= 27,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 0,90 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Sok pomidorowy 200 ml (SEL) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,9 /porcja 566g)= 477,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 566g)= 23,70 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 566g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 566g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /porcja 566g)= 48,20 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 566g)= 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 566g)= 4,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 566g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 018,30 kcal Białko ogółem 87,50 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 238,30 g cukry suma 75,40 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 3,90 g

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek C1- Dieta podstawowa	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 663,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 76,10 g cukry suma 26,40 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,20 g		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Filet drobiowy panierowany 100g (GLU Psz, JAJ, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 859,70 kcal Białko ogółem 39,00 g Tłuszcz 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 126,90 g cukry suma 29,20 g Błonnik pokarmowy 23,00 g Sól 0,70 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,30 kcal Białko ogółem 31,50 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 57,30 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2060,10 kcal Białko ogółem 99,20 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,80 g Węglowodny przyswajalne 260,30 g cukry suma 72,00 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 2,60 g

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

Jadospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek C2- Dieta Latostawina	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 683,10 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 76,10 g cukry suma 26,10 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,20 g		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Blika drobiowa gotowana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 812,60 kcal Białko ogółem 49,00 g Tłuszcz 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 111,30 g cukry suma 35,60 g Błonnik pokarmowy 27,40 g Sól 0,60 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 517,30 kcal Białko ogółem 31,50 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,90 g Węglowodny przyswajalne 57,30 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2013,00 kcal Białko ogółem 110,20 g Tłuszcz 60,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 244,70 g cukry suma 78,40 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 2,50 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek C3-Ograniczenie taw.przys.węglu(Cukrzycowa/Mati)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyńka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 430,80 kcal Białko ogółem 22,50 g Tłuszcz 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 36,00 g cukry suma 2,30 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,10 g	Banan 1szt-130g Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Bilka drobiowa gotwana 150g A (GLU Psz.) Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 861,00 kcal Białko ogółem 59,60 g Tłuszcz 12,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 103,00 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 25,20 g Sól 0,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 575,50 kcal Białko ogółem 46,70 g Tłuszcz 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 53,40 g cukry suma 14,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 0,80 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędzina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 232,90 kcal Tłuszcz 9,30 g Białko ogółem 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,60 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2233,60 kcal Białko ogółem 145,00 g Tłuszcz 64,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,90 g Węglowodny przyswajalne 238,50 g cukry suma 50,60 g Błonnik pokarmowy 45,70 g Sól 4,30 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek P1- Dieta Pościawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyńka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 526,60 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 43,60 g cukry suma 9,70 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 1,10 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 4,20 g Tłuszcz 3,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 18,00 g cukry suma 18,00 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Bilka drobiowa gotwana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 100g Salatka z czerwonej kapusty 100g got (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 648,00 kcal Białko ogółem 44,30 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 82,10 g cukry suma 28,10 g Błonnik pokarmowy 16,60 g Sól 0,50 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	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 441,70 kcal Białko ogółem 28,20 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 43,80 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 6,20 g Sól 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 1816,70 kcal Białko ogółem 103,70 g Tłuszcz 61,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 205,40 g cukry suma 87,30 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 2,10 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek ML-Bezmielczna	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt-50g (JA,J.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SO,J.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.2/(porcja 655g) = 66,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9/(porcja 655g) = 26,00 g Tłuszcz (100g)= 4.2/(porcja 655g) = 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3/(porcja 655g) = 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1/(porcja 655g) = 73,70 g cukry suma (100g)= 3.6/(porcja 655g) = 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1/(porcja 655g) = 7,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 655g) = 1,10 g</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (SEL.) Blitka drobiowa gotowana 100g A b/g Sos z zielonego groszku 120ml b/g A Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 69.4/(porcja 1270g) = 87,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7/(porcja 1270g) = 46,80 g Tłuszcz (100g)= 1.5/(porcja 1270g) = 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1/(porcja 1270g) = 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5/(porcja 1270g) = 118,90 g cukry suma (100g)= 2.9/(porcja 1270g) = 36,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3/(porcja 1270g) = 28,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 1270g) = 0,70 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SO,J, GOR.) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.7/(porcja 665g) = 584,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2/(porcja 665g) = 13,60 g Tłuszcz (100g)= 3.3/(porcja 665g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 665g) = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3/(porcja 665g) = 82,10 g cukry suma (100g)= 2.7/(porcja 665g) = 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 665g) = 10,00 g Sól (100g)= .2/(porcja 665g) = 1,60 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 113,20 kcal Białko ogółem 86,40 g Tłuszcz 68,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,30 g Węglowodny przyswajalne 274,70 g cukry suma 77,60 g Błonnik pokarmowy 45,70 g Sól 3,40 g</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek We-Wegielnaiska	<p>Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA,J.) Banan 1szt-130g Mix salat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 185.1/(porcja 640g) = 657,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 640g) = 25,00 g Tłuszcz (100g)= 4.3/(porcja 640g) = 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 640g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12/(porcja 640g) = 75,20 g cukry suma (100g)= 4.1/(porcja 640g) = 25,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 640g) = 7,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 640g) = 1,10 g</p>		<p>Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Kotlet z soczewicy 100g (GLU Psz, JA,J.) Ziemniaki 200g a Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Salażka z czerwonej kapusty 150g (JA,J, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3/(porcja 1090g) = 948,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.7/(porcja 1090g) = 30,00 g Tłuszcz (100g)= 1/(porcja 1090g) = 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1090g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8/(porcja 1090g) = 153,50 g cukry suma (100g)= 2.9/(porcja 1090g) = 32,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3/(porcja 1090g) = 33,40 g Sól (100g)= .1/(porcja 1090g) = 0,70 g</p>			<p>Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.1/(porcja 551g) = 517,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7/(porcja 551g) = 31,80 g Tłuszcz (100g)= 3.3/(porcja 551g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6/(porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3/(porcja 551g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3/(porcja 551g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 551g) = 0,70 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 122,60 kcal Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 56,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 286,00 g cukry suma 74,50 g Błonnik pokarmowy 49,10 g Sól 2,50 g</p>

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-10-22 wtorek 7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych (sarcowa)	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 716,30 kcal Białko ogółem 29,70 g Tłuszcz 31,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 76,10 g cukry suma 26,10 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 1,20 g		Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Blika drobiowa gotwana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Sałatka z czerwoną kapustą 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 882,00 kcal Białko ogółem 48,70 g Tłuszcz 11,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 120,90 g cukry suma 31,10 g Błonnik pokarmowy 25,00 g Sól 0,80 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,50 kcal Białko ogółem 31,40 g Tłuszcz 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 57,30 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 040,80 kcal Białko ogółem 109,80 g Tłuszcz 52,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,40 g Węglowodny przyswajalne 254,30 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 40,70 g Sól 2,70 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-22 wtorek 9-Biegobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,7 / (porcja 520g) = 603,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 / (porcja 520g) = 28,90 g Tłuszcz (100g)= 5,2 / (porcja 520g) = 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 / (porcja 520g) = 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 / (porcja 520g) = 58,30 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 520g) = 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 520g) = 6,10 g Sól (100g)= .2 / (porcja 520g) = 1,20 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	Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Blika drobiowa gotwana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 / (porcja 1120g) = 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,4 / (porcja 1120g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 / (porcja 1120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 / (porcja 1120g) = 111,30 g cukry suma (100g)= 3,2 / (porcja 1120g) = 35,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 / (porcja 1120g) = 27,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 0,60 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)= .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.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,1 / (porcja 551g) = 517,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 / (porcja 551g) = 31,30 g Tłuszcz (100g)= 3,3 / (porcja 551g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 551g) = 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 / (porcja 551g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 551g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 551g) = 0,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 146,00 kcal Białko ogółem 117,20 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 262,90 g cukry suma 83,40 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 2,70 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-22 wielek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Bulka Grahamka 1szk70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) twarożek 60g A (MLE.) Szynka tustowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8 / (porcja 660g) = 678,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5,2 / (porcja 660g) = 34,40 g Tłuszcz (100g)= 3,7 / (porcja 660g) = 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 660g) = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 / (porcja 660g) = 77,90 g cukry suma (100g)= 4,2 / (porcja 660g) = 28,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 660g) = 7,40 g Sól (100g)= .2 / (porcja 660g) = 1,40 g</p>		<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Bilka drobiowa gotowana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 300g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65 / (porcja 1220g) = 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 / (porcja 1220g) = 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,2 / (porcja 1220g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1220g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 / (porcja 1220g) = 111,30 g cukry suma (100g)= 2,9 / (porcja 1220g) = 35,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 / (porcja 1220g) = 27,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1220g) = 0,60 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,7 / (porcja 541g) = 442,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 / (porcja 541g) = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 1,8 / (porcja 541g) = 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 541g) = 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 / (porcja 541g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 541g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 541g) = 8,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 541g) = 0,70 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 933,90 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 49,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,30 g Węglowodny przyswajalne 246,50 g cukry suma 80,40 g Błonnik pokarmowy 43,10 g Sól 2,70 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 2024-10-22 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-22 wielek 4-Latwostrawna z ogr. słońca pobudz. wyd. soku żołądk.	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) twarożek 60g A (MLE.) Szynka tustowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110 / (porcja 505g) = 550,10 kcal Białko ogółem (100g)= 6,3 / (porcja 505g) = 31,40 g Tłuszcz (100g)= 4,7 / (porcja 505g) = 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 / (porcja 505g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 / (porcja 505g) = 53,20 g cukry suma (100g)= 2,3 / (porcja 505g) = 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 505g) = 2,80 g Sól (100g)= .3 / (porcja 505g) = 1,60 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g-1szk. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 / (porcja 150g) = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 150g) = 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1,3 / (porcja 150g) = 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 150g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,4 / (porcja 150g) = 5,10 g cukry suma (100g)= 3,4 / (porcja 150g) = 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Sól (100g)= .1 / (porcja 150g) = 0,10 g</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (MLE.) Bilka drobiowa gotowana 100g A Sos z zielonego groszku 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g A Marchew baby duszona z sezamem 150g (SEZ.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,1 / (porcja 1120g) = 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 / (porcja 1120g) = 49,00 g Tłuszcz (100g)= 1,4 / (porcja 1120g) = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 / (porcja 1120g) = 111,30 g cukry suma (100g)= 3,2 / (porcja 1120g) = 35,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 / (porcja 1120g) = 27,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 0,60 g</p>	<p>Banan 1szk-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</p>	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95 / (porcja 536g) = 500,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 / (porcja 536g) = 29,40 g Tłuszcz (100g)= 3,3 / (porcja 536g) = 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 / (porcja 536g) = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 / (porcja 536g) = 58,00 g cukry suma (100g)= 3,1 / (porcja 536g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 536g) = 5,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 536g) = 1,50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 996,30 kcal Białko ogółem 114,40 g Tłuszcz 58,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 245,50 g cukry suma 84,20 g Błonnik pokarmowy 37,10 g Sól 3,80 g</p>	

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