

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek 1- Podstawowa	Chleb wielozłamiasty 85g (GLU Dws, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Skyr jagodowy 150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,6 /porcja 715g)= 661,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 715g)= 40,00 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 715g)= 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 715g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 /porcja 715g)= 66,80 g cukry suma (100g)= 3,9 /porcja 715g)= 27,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 715g)= 11,20 g Sól (100g)= ,3 /porcja 715g)= 2,00 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,6 /porcja 1000g)= 825,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1000g)= 28,40 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 1000g)= 4,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,2 /porcja 1000g)= 131,80 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1000g)= 20,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 17,40 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1000g)= 2,30 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Salátka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109,7 /porcja 530g)= 577,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /porcja 530g)= 57,60 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 530g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 530g)= 5,70 g Sól (100g)= ,3 /porcja 530g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 064,60 kcal Białko ogółem 86,90 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 256,20 g cukry suma 66,00 g Błonnik pokarmowy 34,30 g Sól 5,90 g

Aliceptacja

STARSZY DIETETYK

mgr Aleksandra Czarnecka

17.12.2024

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 13:42:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek 2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Skyr jagodowy 150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,5 /porcja 710g)= 639,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 710g)= 39,90 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 710g)= 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 710g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,4 /porcja 710g)= 74,40 g cukry suma (100g)= 3,7 /porcja 710g)= 26,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /porcja 710g)= 5,50 g Sól (100g)= ,2 /porcja 710g)= 1,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,2 /porcja 1000g)= 741,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1000g)= 31,70 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1000g)= 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 1000g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 1000g)= 122,10 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 1000g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1000g)= 20,90 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1000g)= 1,10 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Salátka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) Mix salát z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,2 /porcja 530g)= 617,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 6,3 /porcja 530g)= 33,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /porcja 530g)= 56,80 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 530g)= 5,50 g Sól (100g)= ,3 /porcja 530g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 998,10 kcal Białko ogółem 89,90 g Tłuszcz 63,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 253,30 g cukry suma 55,80 g Błonnik pokarmowy 31,90 g Sól 4,10 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-16 13:42:10

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 12- Papiłowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (JA, J, 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 przyswajalny (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	Skyr jagodowy 150g (MLE) Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,9 /porcja 650g)= 546,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /porcja 650g)= 37,20 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 650g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 650g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,5 /porcja 650g)= 69,70 g cukry suma (100g)= 4,7 /porcja 650g)= 31,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 650g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 650g)= 0,40 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 206,3 /porcja 301g)= 625,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10,5 /porcja 301g)= 31,80 g Tłuszcz (100g)= 5,9 /porcja 301g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 301g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 26 /porcja 301g)= 78,90 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 301g)= 6,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5,7 /porcja 301g)= 17,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mięso 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 przyswajalny (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+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JA, J, 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 przyswajalny (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] 2 444,10 kcal Białko ogółem 129,10 g Tłuszcz 79,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalny 294,80 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 27,30 g Sól 1,20 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JA, J, 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 przyswajalny (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+mięso 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 przyswajalny (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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 166,3 /porcja 301g)= 503,90 kcal Białko ogółem (100g)= 8,7 /porcja 301g)= 26,30 g Tłuszcz (100g)= 4,8 /porcja 301g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2 /porcja 301g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 20,6 /porcja 301g)= 62,50 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 301g)= 4,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,2 /porcja 301g)= 12,60 g Sól (100g)= 0 /porcja 301g)= 0,10 g	Ryż na mle+masło+mięso 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 przyswajalny (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+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JA, J, 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 przyswajalny (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] 2 244,70 kcal Białko ogółem 105,50 g Tłuszcz 78,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalny 271,10 g cukry suma 38,40 g Błonnik pokarmowy 22,60 g Sól 1,10 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23, poniedziałek 6-Z ograniczeniem łatwo przysw. węgli (Cukrzyca)	Chleb wielozłarnisty 85g (GLU Ows, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Jajko gotowane 1 szt - 50g (JAJ), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,1 /porcja 535g)= 442,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 535g)= 23,00 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 535g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 535g)= 8,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,8 /porcja 535g)= 30,60 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 535g)= 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 535g)= 9,90 g Sól (100g)= 4 /porcja 535g)= 1,90 g	Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,3 /porcja 150g)= 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,1 /porcja 150g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4,1 /porcja 150g)= 6,20 g cukry suma (100g)= 4,1 /porcja 150g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= g Sól (100g)= 1 /porcja 150g)= 0,20 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE), Gołąbki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE), Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,4 /porcja 1000g)= 774,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1000g)= 28,00 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1000g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1000g)= 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 1000g)= 119,80 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 17,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 1000g)= 17,40 g Sól (100g)= 2 /porcja 1000g)= 2,30 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Salatka z lososiem i topygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105,7 /porcja 530g)= 556,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 530g)= 19,20 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /porcja 530g)= 51,40 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 530g)= 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 530g)= 6,50 g Sól (100g)= 3 /porcja 530g)= 1,70 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Zyt), masło 10g (MLE), Ser żółty 30g W (MLE), Mix sałat 30g 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 przyswajalne (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	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,60 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 83,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,40 g Węglowodny przyswajalne 230,80 g cukry suma 44,20 g Błonnik pokarmowy 38,80 g Sól 6,60 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23, poniedziałek Gl- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE), Skyr jagodowy 150g (MLE), Jajko gotowane 1 szt - 50g (JAJ), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,3 /porcja 705g)= 573,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 705g)= 31,90 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 705g)= 23,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 705g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 705g)= 58,30 g cukry suma (100g)= 4 /porcja 705g)= 28,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4 /porcja 705g)= 2,60 g Sól (100g)= 3 /porcja 705g)= 2,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Gołąbek b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml bezglutenowy Ziemniaki 300g A Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR), Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,5 /porcja 1100g)= 1 005,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 1100g)= 28,10 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /porcja 1100g)= 26,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,2 /porcja 1100g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,9 /porcja 1100g)= 154,70 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1100g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /porcja 1100g)= 28,10 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 1100g)= 2,80 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek 120g A (MLE), ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,8 /porcja 535g)= 430,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 535g)= 14,80 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 535g)= 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 535g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /porcja 535g)= 42,70 g cukry suma (100g)= 2,8 /porcja 535g)= 14,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 535g)= 1,40 g Sól (100g)= 3 /porcja 535g)= 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 009,00 kcal Białko ogółem 74,80 g Tłuszcz 70,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 255,70 g cukry suma 67,10 g Błonnik pokarmowy 32,10 g Sól 6,60 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek	C1- Dieta podstawowa	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb wielozłazisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Syr jagodowy 150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Kiełbasa pieprzowa-wędłina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 661,70 kcal Białko ogółem 40,00 g Tłuszcz 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 66,80 g cukry suma 27,60 g Błonnik pokarmowy 11,20 g Sól 2,00 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 825,60 kcal Białko ogółem 28,40 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,90 g Węglowodny przyswajalne 131,80 g cukry suma 20,30 g Błonnik pokarmowy 17,40 g Sól 2,30 g			Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 577,10 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 57,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 064,60 kcal Białko ogółem 86,90 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 256,20 g cukry suma 66,00 g Błonnik pokarmowy 34,30 g Sól 5,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek	C2- Dieta Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Syr jagodowy 150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Kiełbasa pieprzowa-wędłina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 639,20 kcal Białko ogółem 39,90 g Tłuszcz 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g Węglowodny przyswajalne 74,40 g cukry suma 26,20 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 300g A Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 926,40 kcal Białko ogółem 36,40 g Tłuszcz 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,50 g Węglowodny przyswajalne 161,10 g cukry suma 14,40 g Błonnik pokarmowy 30,00 g Sól 1,20 g			Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 617,10 kcal Białko ogółem 18,30 g Tłuszcz 33,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g Węglowodny przyswajalne 56,80 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 182,70 kcal Białko ogółem 94,60 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 292,30 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 4,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek C3-Ograniczenie lakw.przys. weglc(Cukrzyca/Miaki)	chleb wielozłazniasty 115g (GLU Ows, GLU Zyt.) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 489,70 kcal Białko ogółem 30,60 g Tłuszcz 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,00 g Węglowodny przyswajalne 40,10 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy 12,90 g Sól 2,10 g	Skyr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 96,00 kcal Białko ogółem 18,00 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE.) Golabek drobiowy b/zawiajnia 150g A (GLU Psz, MLE.) Sos pomidorowy 120g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 989,20 kcal Białko ogółem 49,70 g Tłuszcz 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 159,20 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 28,70 g Sól 2,00 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB.) twarożek 60g A (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 555,00 kcal Białko ogółem 26,10 g Tłuszcz 23,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 53,70 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 6,50 g Sól 1,80 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE.) Mix salat 30g Wartość energetyczna[kcal] 363,00 kcal Białko ogółem 20,30 g Tłuszcz 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,30 g Węglowodny przyswajalne 23,20 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 492,90 kcal Białko ogółem 144,70 g Tłuszcz 75,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,80 g Węglowodny przyswajalne 262,40 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 53,10 g Sól 7,00 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 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) Chleb wielozłazniasty 40g (GLU Ows, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 433,40 kcal Białko ogółem 22,30 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 36,30 g cukry suma 9,90 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 1,60 g	Skyr jagodowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 14,40 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE.) Golabki b/zawiajnia w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 100g Surówka meksykańska 100g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 696,10 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 14,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,70 g Węglowodny przyswajalne 108,30 g cukry suma 15,50 g Błonnik pokarmowy 13,20 g Sól 1,90 g	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB.) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 503,00 kcal Białko ogółem 14,60 g Tłuszcz 27,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,70 g Węglowodny przyswajalne 45,30 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 2,80 g Sól 1,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 806,50 kcal Białko ogółem 78,50 g Tłuszcz 62,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g Węglowodny przyswajalne 216,60 g cukry suma 68,10 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 5,00 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 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) Mięso tłuszczone do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98,9 /porcja 565g)= 549,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 565g)= 25,60 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 565g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 565g)= 8,40 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,4 /porcja 565g)= 57,90 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 565g)= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 565g)= 5,50 g Sól (100g)= ,3 /porcja 565g)= 1,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gołąbek białawianina w sosie pomidorowym 100g/120ml bezmleczny (GLU Psz) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,4 /porcja 1000g)= 894,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1000g)= 32,10 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /porcja 1000g)= 15,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1000g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 14,8 /porcja 1000g)= 148,30 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 1000g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,2 /porcja 1000g)= 31,90 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1000g)= 1,70 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt) Mięso tłuszczone do smarowania 80% 15g Sałatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123,6 /porcja 535g)= 650,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 535g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 7 /porcja 535g)= 36,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 535g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 10,8 /porcja 535g)= 56,80 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 535g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 535g)= 5,50 g Sól (100g)= ,3 /porcja 535g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 093,60 kcal Białko ogółem 76,00 g Tłuszcz 74,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,20 g Węglowodny przyswajalny 263,00 g cukry suma 43,10 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sól 4,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-23 poniedziałek We- Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) masło porcjowane 10g (MLE) Słonecznik 150g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,9 /porcja 680g)= 619,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 /porcja 680g)= 35,20 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 680g)= 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 680g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 11,1 /porcja 680g)= 74,20 g cukry suma (100g)= 4 /porcja 680g)= 26,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /porcja 680g)= 5,70 g Sól (100g)= ,1 /porcja 680g)= 0,30 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Gulasz warzywny curry z kalaflorem i soczewicą 250g (GLU Psz, SEL) Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,2 /porcja 1150g)= 947,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,4 /porcja 1150g)= 27,10 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 1150g)= 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 1150g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 12,8 /porcja 1150g)= 141,70 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1150g)= 24,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1150g)= 26,10 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1150g)= 1,40 g			Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt) masło porcjowane 10g (MLE) Sałatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109,7 /porcja 530g)= 577,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalny (100g)= 11 /porcja 530g)= 57,60 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 530g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 530g)= 5,70 g Sól (100g)= ,3 /porcja 530g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 143,20 kcal Białko ogółem 80,80 g Tłuszcz 71,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,60 g Węglowodny przyswajalny 273,50 g cukry suma 69,50 g Błonnik pokarmowy 37,50 g Sól 3,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt,) Syr jagodowy 150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 580,00 kcal Białko ogółem 39,50 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 27,70 g Błonnik pokarmowy 12,90 g Sól 2,10 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE,) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Surówka meksykańska 150g A (JAJ, GOR,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 825,80 kcal Białko ogółem 28,40 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,90 g Węglowodny przyswajalne 131,80 g cukry suma 20,30 g Błonnik pokarmowy 17,40 g Sól 2,30 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Młeks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Salatka z lososiem i tolnyga 1sz-130g (GLU Psz, RYB,) ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 610,30 kcal Białko ogółem 18,50 g Tłuszcz 31,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 57,60 g cukry suma 18,10 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 016,10 kcal Białko ogółem 86,40 g Tłuszcz 65,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,30 g Węglowodny przyswajalne 250,70 g cukry suma 66,10 g Błonnik pokarmowy 36,00 g Sól 6,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,9 /porcja 610g)= 568,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 610g)= 31,00 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /porcja 610g)= 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 610g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 /porcja 610g)= 58,10 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 610g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /porcja 610g)= 5,50 g Sól (100g)= ,2 /porcja 610g)= 1,40 g	Syr jagodowy 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,4 /porcja 150g)= 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 9,7 /porcja 150g)= 14,40 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 150g)= 16,50 g cukry suma (100g)= 11,1 /porcja 150g)= 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= g Sól (100g)= 0 /porcja 150g)= g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE,) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,2 /porcja 1000g)= 741,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1000g)= 31,70 g Tłuszcz (100g)= 1,1 /porcja 1000g)= 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 1000g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /porcja 1000g)= 122,10 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 1000g)= 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 /porcja 1000g)= 20,90 g Sól (100g)= ,1 /porcja 1000g)= 1,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 /porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,9 /porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,4 /porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= g Sól (100g)= ,1 /porcja 150g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka z lososiem i tolnyga 1sz-130g (GLU Psz, RYB,) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,2 /porcja 530g)= 617,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /porcja 530g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 6,3 /porcja 530g)= 33,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 530g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /porcja 530g)= 56,80 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 530g)= 5,50 g Sól (100g)= ,3 /porcja 530g)= 1,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 104,00 kcal Białko ogółem 99,20 g Tłuszcz 68,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 258,60 g cukry suma 60,90 g Błonnik pokarmowy 31,90 g Sól 4,20 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) Syr jagodowy 150g (MLE) Twarożek naturalny 60g A (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,2 / (porcja 710g) = 565,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 / (porcja 710g) = 40,30 g Tłuszcz (100g)= 1,4 / (porcja 710g) = 9,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 710g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,7 / (porcja 710g) = 76,20 g cukry suma (100g)= 4 / (porcja 710g) = 28,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 710g) = 5,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 710g) = 1,50 g</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79,2 / (porcja 1000g) = 792,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 1000g) = 35,10 g Tłuszcz (100g)= 1,1 / (porcja 1000g) = 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1000g) = 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 / (porcja 1000g) = 129,60 g cukry suma (100g)= 1,2 / (porcja 1000g) = 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 / (porcja 1000g) = 23,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 1,10 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,2 / (porcja 530g) = 617,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 530g) = 18,30 g Tłuszcz (100g)= 6,3 / (porcja 530g) = 33,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 530g) = 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 / (porcja 530g) = 56,80 g cukry suma (100g)= 3,3 / (porcja 530g) = 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 530g) = 5,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 530g) = 1,60 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 975,10 kcal Białko ogółem 93,70 g Tłuszcz 54,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,40 g Węglowodny przyswajalne 262,60 g cukry suma 58,60 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 4,20 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-23 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-23 poniedziałek 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudź.wyd.soku.ziołgk.	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz), masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 60g A (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,9 / (porcja 555g) = 471,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 / (porcja 555g) = 24,30 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 555g) = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 555g) = 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6 / (porcja 555g) = 53,20 g cukry suma (100g)= 2,2 / (porcja 555g) = 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 / (porcja 555g) = 3,90 g Sól (100g)= .4 / (porcja 555g) = 2,40 g</p>	<p>Syr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64,3 / (porcja 150g) = 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12,1 / (porcja 150g) = 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 / (porcja 150g) = 0 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = 0 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) = 0 g Sól (100g)= .1 / (porcja 150g) = 0,20 g</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE) Golabki b/zawijania w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,2 / (porcja 1000g) = 741,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 1000g) = 31,70 g Tłuszcz (100g)= 1,1 / (porcja 1000g) = 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1000g) = 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 / (porcja 1000g) = 122,10 g cukry suma (100g)= 1,2 / (porcja 1000g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 / (porcja 1000g) = 20,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 1,10 g</p>	<p>Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 / (porcja 150g) = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2 / (porcja 150g) = 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2 / (porcja 150g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = 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) Salatka z lososiem i tołpygą 1sz-130g (GLU Psz, RYB) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114 / (porcja 515g) = 600,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,1 / (porcja 515g) = 16,20 g Tłuszcz (100g)= 6,2 / (porcja 515g) = 32,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 515g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 / (porcja 515g) = 57,50 g cukry suma (100g)= 3,2 / (porcja 515g) = 16,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 515g) = 2,70 g Sól (100g)= .5 / (porcja 515g) = 2,50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 966,10 kcal Białko ogółem 90,50 g Tłuszcz 60,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 251,40 g cukry suma 59,40 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 6,20 g</p>	

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