

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	1-Podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,8 /(porcja 670g) = 652,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 670g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 670g) = 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 670g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 670g) = 68,00 g cukry suma (100g)= 2,9 /(porcja 670g) = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g) = 8,10 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 670g) = 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak pieczony 150gA Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,6 /(porcja 1050g) = 1 076,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 1050g) = 49,40 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /(porcja 1050g) = 31,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /(porcja 1050g) = 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /(porcja 1050g) = 137,70 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 1050g) = 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /(porcja 1050g) = 23,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1050g) = 0,80 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)= 91,9 /(porcja 551g) = 510,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 551g) = 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 551g) = 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 551g) = 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 551g) = 57,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 551g) = 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 551g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 238,80 kcal Białko ogółem 101,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g Węglowodny przyswajalne 263,20 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 3,70 g

2 Sept. 16.06.25 r.

DIETETYK

mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:41:13

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	2-Latwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,8 /(porcja 670g) = 652,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 670g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 670g) = 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 670g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,2 /(porcja 670g) = 68,00 g cukry suma (100g)= 2,9 /(porcja 670g) = 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g) = 8,10 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 670g) = 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,1 /(porcja 1170g) = 1 223,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 1170g) = 54,30 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /(porcja 1170g) = 34,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 1170g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,6 /(porcja 1170g) = 162,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1170g) = 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1170g) = 26,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1170g) = 0,90 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)= 91,9 /(porcja 551g) = 510,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 551g) = 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 551g) = 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 551g) = 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 551g) = 57,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 551g) = 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 551g) = 8,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 551g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 386,00 kcal Białko ogółem 106,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,00 g Węglowodny przyswajalne 287,60 g cukry suma 59,70 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 3,80 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:41:13

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,2 /porcja 460g)= 460,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 460g)= 23,00 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 460g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 /porcja 460g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /porcja 460g)= 61,20 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 460g)= 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,8 /porcja 460g)= 3,50 g Sól (100g)= 0,6 /porcja 460g)= 2,70 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,5 /porcja 300g)= 110,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1,4 /porcja 300g)= 4,10 g Tłuszcz (100g)= 0,8 /porcja 300g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,8 /porcja 300g)= 17,50 g cukry suma (100g)= 5,7 /porcja 300g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,5 /porcja 300g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 130g A Ziemniaki 200g A Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,5 /porcja 1030g)= 1 035,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 1030g)= 45,10 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 1030g)= 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,6 /porcja 1030g)= 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,8 /porcja 1030g)= 137,70 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 1030g)= 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1030g)= 23,30 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 1030g)= 0,80 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)= 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)= 0,1 /porcja 150g)= 0,20 g	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94,3 /porcja 451g)= 428,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 451g)= 22,00 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /porcja 451g)= 7,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 /porcja 451g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 /porcja 451g)= 64,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 451g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 451g)= 5,10 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 451g)= 1,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 130,80 kcal Białko ogółem 112,20 g Tłuszcz 52,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,30 g Węglowodny przyswajalne 287,10 g cukry suma 68,90 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sól 5,60 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek 4-Latwostrawna z ogr. sub.pobudz.wyd.soku żołądek.	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,6 /porcja 470g = 531,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 470g = 23,50 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 470g = 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 470g = 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 470g = 57,60 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 470g = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 470g = 6,10 g Sól (100g)= .5 /porcja 470g = 2,10 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL) Kurczak duszony 130g A Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106 /porcja 1130g = 1 177,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 1130g = 48,70 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 1130g = 29,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1130g = 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,1 /porcja 1130g = 167,70 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 1130g = 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1130g = 30,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 1130g = 0,80 g	Jabko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 /porcja 150g = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2 /porcja 150g = 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2 /porcja 150g = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 150g = 12,40 g cukry suma (100g)= 8,1 /porcja 150g = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 150g = 1,50 g Sól (100g)= 0 /porcja 150g = g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109,9 /porcja 436g = 477,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /porcja 436g = 20,30 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 436g = 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 /porcja 436g = 9,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 436g = 53,90 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 436g = 14,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 436g = 4,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 436g = 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,10 kcal Białko ogółem 96,60 g Tłuszcz 72,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 296,70 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 42,30 g Sól 4,50 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= ,6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+zi emniaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL.,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= ,6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418.90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25.40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2.30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48.80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3.20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4.30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0.10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472.90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29.20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3.70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53.90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8.30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4.30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0.30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369.80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18.60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17.50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8.70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32.30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3.80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8.80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0.10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418.90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25.40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2.30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48.80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3.20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4.30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0.10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 099.40 kcal Białko ogółem 124.00 g Tłuszcz 70.70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.30 g Węglowodny przyswajalne 232.60 g cukry suma 21.70 g Błonnik pokarmowy 26.00 g Sól 0.70 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-24 wtorek	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 630,40 kcal Białko ogółem 29,80 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 67,90 g cukry suma 19,30 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 085,10 kcal Białko ogółem 49,40 g Tłuszcz 32,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 137,70 g cukry suma 21,30 g Błonnik pokarmowy 23,30 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] 435,80 kcal Białko ogółem 22,50 g Tłuszcz 12,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,40 g Węglowodny przyswajalne 57,40 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 151,30 kcal Białko ogółem 101,70 g Tłuszcz 69,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,70 g Węglowodny przyswajalne 263,00 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 3,70 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	9- Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix салат z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114,3 /(porcja 520g)= 601,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /(porcja 520g)= 28,90 g Tłuszcz (100g)= 5,2 /(porcja 520g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /(porcja 520g)= 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 520g)= 57,80 g cukry suma (100g)= 1,9 /(porcja 520g)= 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 520g)= 6,10 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 520g)= 2,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,1 /(porcja 1170g)= 1 223,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 1170g)= 54,30 g Tłuszcz (100g)= 3,1 /(porcja 1170g)= 34,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 1170g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,6 /(porcja 1170g)= 162,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1170g)= 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1170g)= 26,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1170g)= 0,90 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)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 100g)= 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)= 91,9 /(porcja 551g)= 510,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 551g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 551g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 551g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 551g)= 57,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 551g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 551g)= 8,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 551g)= 0,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 519,00 kcal Białko ogółem 113,70 g Tłuszcz 85,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 305,70 g cukry suma 64,80 g Błonnik pokarmowy 42,60 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-24 wtorek	6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 /(porcja 490g)= 450,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /(porcja 490g)= 22,60 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 490g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 490g)= 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,1 /(porcja 490g)= 35,70 g cukry suma (100g)= ,4 /(porcja 490g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,9 /(porcja 490g)= 4,70 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 490g)= 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,3 /(porcja 1050g)= 1 033,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 1050g)= 49,00 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 1050g)= 32,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,6 /(porcja 1050g)= 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,6 /(porcja 1050g)= 125,70 g cukry suma (100g)= 1,8 /(porcja 1050g)= 18,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /(porcja 1050g)= 23,30 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1050g)= 0,90 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)= 88,2 /(porcja 551g)= 489,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 551g)= 23,20 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 551g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 551g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,2 /(porcja 551g)= 51,30 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 551g)= 13,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 551g)= 9,10 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 551g)= 0,80 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z Indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179,2 /(porcja 140g)= 252,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7,4 /(porcja 140g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 8,2 /(porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 140g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,9 /(porcja 140g)= 23,90 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 140g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 /(porcja 140g)= 4,90 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 140g)= 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 330,50 kcal Białko ogółem 110,00 g Tłuszcz 89,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,50 g Węglowodny przyswajalne 251,90 g cukry suma 49,80 g Błonnik pokarmowy 44,10 g Sól 4,30 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:41:13

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,7 /(porcja 675g)= 524,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 675g)= 17,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 675g)= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 675g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,3 /(porcja 675g)= 48,80 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 675g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,5 /(porcja 675g)= 3,30 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 675g)= 2,40 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL.) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,8 /(porcja 1150g)= 953,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /(porcja 1150g)= 48,10 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /(porcja 1150g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 1150g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /(porcja 1150g)= 123,20 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1150g)= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 1150g)= 21,40 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1150g)= 0,80 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)= 84,7 /(porcja 566g)= 470,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /(porcja 566g)= 14,10 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /(porcja 566g)= 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 566g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /(porcja 566g)= 48,30 g cukry suma (100g)= 3,4 /(porcja 566g)= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /(porcja 566g)= 4,00 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 566g)= 1,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 948,10 kcal Białko ogółem 79,80 g Tłuszcz 78,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 220,30 g cukry suma 58,90 g Błonnik pokarmowy 28,70 g Sól 4,80 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:41:13

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek ML- Bezmleczna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,3 /(porcja 670g)= 575,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 670g)= 26,10 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 670g)= 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,7 /(porcja 670g)= 4,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 670g)= 65,50 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 670g)= 16,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 670g)= 8,00 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 670g)= 2,10 g		Krupnik 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 300g A Sos potrawkowy 120g A b/g (SEL.) marchew duszona 150g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,7 /(porcja 1270g)= 1 095,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /(porcja 1270g)= 48,40 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 1270g)= 36,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 1270g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /(porcja 1270g)= 132,60 g cukry suma (100g)= 1,4 /(porcja 1270g)= 17,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /(porcja 1270g)= 31,40 g Sól (100g)= ,1 /(porcja 1270g)= 0,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Paprykarz szczeciński 1 szt 130g (GLU Psz, RYB.) Rukola 10g Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,3 /(porcja 690g)= 544,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 690g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /(porcja 690g)= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 690g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 690g)= 69,80 g cukry suma (100g)= 2,6 /(porcja 690g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 690g)= 7,80 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 690g)= 2,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 216,10 kcal Białko ogółem 92,80 g Tłuszcz 78,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,70 g Węglowodny przyswajalne 267,90 g cukry suma 53,30 g Błonnik pokarmowy 47,20 g Sól 5,20 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	We- Wegańska	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 94,3 /(porcja 660g)= 628,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 660g)= 25,10 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /(porcja 660g)= 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 660g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,1 /(porcja 660g)= 67,50 g cukry suma (100g)= 2,9 /(porcja 660g)= 19,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 660g)= 8,10 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g)= 1,10 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Ziemniaki 200g a Kotlet z soczewicy 100g (GLU Psz, JAJ,) Sos potrawkowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL,) Surówka z marchwi 150g A (MLE,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,4 /(porcja 1120g)= 1 137,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 1120g)= 37,10 g Tłuszcz (100g)= 1,4 /(porcja 1120g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,5 /(porcja 1120g)= 194,70 g cukry suma (100g)= 2,1 /(porcja 1120g)= 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,1 /(porcja 1120g)= 34,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 0,60 g		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)= 91,9 /(porcja 551g)= 510,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /(porcja 551g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 3,6 /(porcja 551g)= 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 551g)= 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 /(porcja 551g)= 57,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 551g)= 17,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 551g)= 8,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 551g)= 0,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 276,30 kcal Białko ogółem 84,70 g Tłuszcz 63,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 319,70 g cukry suma 60,60 g Błonnik pokarmowy 50,90 g Sól 2,40 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	C1- Dieta podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salát z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 652,10 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 68,00 g cukry suma 19,40 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Kurczak pieczony 150gA Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 132,90 kcal Białko ogółem 50,80 g Tłuszcz 31,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 149,70 g cukry suma 22,00 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 0,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenenny 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] 510,60 kcal Białko ogółem 22,50 g Tłuszcz 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g Węglowodny przyswajalne 57,50 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 295,60 kcal Białko ogółem 103,20 g Tłuszcz 79,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g Węglowodny przyswajalne 275,20 g cukry suma 59,00 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 3,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-24 wtorek	C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix salát z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 652,10 kcal Białko ogółem 29,90 g Tłuszcz 27,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 68,00 g cukry suma 19,40 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 2,20 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL,) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL,) Ziemniaki 300g A Surówka z marchwi 150g A (MLE,) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 280,10 kcal Białko ogółem 55,80 g Tłuszcz 34,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 174,10 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 28,90 g Sól 0,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenenny 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] 510,60 kcal Białko ogółem 22,50 g Tłuszcz 20,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g Węglowodny przyswajalne 57,50 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 442,80 kcal Białko ogółem 108,20 g Tłuszcz 81,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,10 g Węglowodny przyswajalne 299,60 g cukry suma 60,40 g Błonnik pokarmowy 45,30 g Sól 3,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-24 wtorek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
C3-Ograniczenie latw.przys. weglo(CukrzycowyMalki)		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 505,50 kcal Białko ogółem 31,30 g Tłuszcz 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,30 g Węglowodny przyswajalne 36,10 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 104,80 kcal Białko ogółem 4,80 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 15,30 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Surówka z marchwi 150g A (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 033,30 kcal Białko ogółem 49,00 g Tłuszcz 32,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,40 g Węglowodny przyswajalne 125,70 g cukry suma 18,30 g Błonnik pokarmowy 23,30 g Sól 0,90 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta twarogowa ze szpinakiem 200g A (MLE.) Sok pomidorowy 200 ml (SEL.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 641,60 kcal Białko ogółem 41,60 g Tłuszcz 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g Węglowodny przyswajalne 54,70 g cukry suma 16,30 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 1,00 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 202,80 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 4,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 24,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 488,00 kcal Białko ogółem 139,80 g Tłuszcz 88,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 256,10 g cukry suma 53,00 g Błonnik pokarmowy 44,10 g Sól 5,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-24 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-24 wtorek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
P1- Dieta Podstawowa Dziecięca		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 524,20 kcal Białko ogółem 26,20 g Tłuszcz 26,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,80 g Węglowodny przyswajalne 43,10 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 2,10 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, SEL.) Kurczak pieczony 130g A Ziemniaki 100g Surówka z marchwi 100g A Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 870,70 kcal Białko ogółem 39,70 g Tłuszcz 33,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,80 g Węglowodny przyswajalne 94,40 g cukry suma 15,10 g Błonnik pokarmowy 15,50 g Sól 0,70 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 111,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Chleb żytnio- pszenenny 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] 435,00 kcal Białko ogółem 19,20 g Tłuszcz 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,70 g Węglowodny przyswajalne 44,00 g cukry suma 16,70 g Błonnik pokarmowy 6,20 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 991,70 kcal Białko ogółem 90,50 g Tłuszcz 81,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 206,20 g cukry suma 64,40 g Błonnik pokarmowy 28,60 g Sól 3,60 g