

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	1-Podstawowa	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122,1 /(porcja 462g)= 554,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /(porcja 462g)= 27,60 g Tłuszcz (100g)= 5,9 /(porcja 462g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,2 /(porcja 462g)= 19,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 462g)= 49,10 g cukry suma (100g)= 3,2 /(porcja 462g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 462g)= 7,10 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 462g)= 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Rumczyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (GLU Psz,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,8 /(porcja 1000g)= 898,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 1000g)= 33,70 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 1000g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /(porcja 1000g)= 5,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,2 /(porcja 1000g)= 122,30 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1000g)= 25,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /(porcja 1000g)= 22,60 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1000g)= 2,00 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,3 /(porcja 510g)= 561,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 510g)= 16,70 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 510g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 510g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 510g)= 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 014,20 kcal Białko ogółem 78,00 g Tłuszcz 69,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g Węglowodny przyswajalne 233,60 g cukry suma 51,20 g Błonnik pokarmowy 38,10 g Sól 5,50 g

17.06.25r. a. Gąs.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posiłki_w_kolumnach.fr3

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

strona 1 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	2-Latwostrawna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Szynga łostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,1 /(porcja 462g)= 450,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /(porcja 462g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 462g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 /(porcja 462g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 /(porcja 462g)= 49,50 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 462g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 462g)= 7,10 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 462g)= 0,80 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,3 /(porcja 1100g)= 858,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1100g)= 39,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /(porcja 1100g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /(porcja 1100g)= 127,80 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1100g)= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /(porcja 1100g)= 28,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,3 /(porcja 510g)= 561,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 510g)= 16,70 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 510g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 510g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 510g)= 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 870,70 kcal Białko ogółem 78,10 g Tłuszcz 46,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 239,50 g cukry suma 45,00 g Błonnik pokarmowy 43,70 g Sól 3,30 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posiłki_w_kolumnach.fr3

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

strona 2 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.6 /porcja 520g)= 382,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 520g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /porcja 520g)= 2,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 520g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /porcja 520g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 520g)= 10,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 520g)= 4,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 520g)= 1,70 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /porcja 1g)= 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 /porcja 1100g)= 937,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 1100g)= 38,50 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /porcja 1100g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1100g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 /porcja 1100g)= 150,00 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 1100g)= 20,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /porcja 1100g)= 33,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g)= 0,40 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.9 /porcja 520g)= 467,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /porcja 520g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /porcja 520g)= 13,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 520g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /porcja 520g)= 62,10 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 520g)= 9,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 520g)= 3,40 g Sól (100g)= .5 /porcja 520g)= 2,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 915,80 kcal Białko ogółem 90,30 g Tłuszcz 36,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 284,40 g cukry suma 49,80 g Błonnik pokarmowy 44,30 g Sól 4,80 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku.zołądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.8 /porcja 505g)= 404,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 505g)= 18,50 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /porcja 505g)= 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 505g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /porcja 505g)= 51,60 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 505g)= 9,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 505g)= 4,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 505g)= 1,40 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /porcja 1g)= 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.2 /porcja 1100g)= 880,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 1100g)= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /porcja 1100g)= 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /porcja 1100g)= 132,30 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 1100g)= 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /porcja 1100g)= 29,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g)= 0,40 g	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)= 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.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) twarożek 60g A (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.9 /porcja 505g)= 489,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /porcja 505g)= 21,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 505g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /porcja 505g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /porcja 505g)= 51,50 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 505g)= 9,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 505g)= 2,80 g Sól (100g)= .4 /porcja 505g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 905,50 kcal Białko ogółem 84,60 g Tłuszcz 51,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 252,80 g cukry suma 55,10 g Błonnik pokarmowy 40,50 g Sól 4,10 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	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 z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.8 /(porcja 501g) = 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g) = 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 501g) = 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 501g) = 53,80 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 501g) = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 501g) = 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g) = 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] 2 065,10 kcal Białko ogółem 124,80 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,50 g Węglowodny przyswajalne 226,50 g cukry suma 22,20 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sól 0,80 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	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	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.8 /(porcja 501g) = 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 501g) = 29,80 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 501g) = 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 501g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 501g) = 53,80 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 501g) = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 501g) = 7,30 g Sól (100g)= .1 /(porcja 501g) = 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] 2 120,40 kcal Białko ogółem 124,60 g Tłuszcz 71,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,90 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 21,10 g Błonnik pokarmowy 29,00 g Sól 0,70 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 428,70 kcal Białko ogółem 22,20 g Tłuszcz 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 49,40 g cukry suma 14,70 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 0,80 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 956,40 kcal Białko ogółem 38,20 g Tłuszcz 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 147,60 g cukry suma 25,80 g Błonnik pokarmowy 27,20 g Sól 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 539,70 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 924,80 kcal Białko ogółem 77,00 g Tłuszcz 44,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,00 g Węglowodny przyswajalne 259,20 g cukry suma 51,70 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 4,80 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

2025-06-25 środa							
9- Bogatobiałkowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
		Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek 120g A (MLE,) Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ,) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,1 /(porcja 581g)= 559,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 581g)= 35,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 581g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,2 /(porcja 581g)= 13,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,7 /(porcja 581g)= 51,00 g cukry suma (100g)= 2,9 /(porcja 581g)= 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 581g)= 4,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 581g)= 0,80 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /(porcja 1g)= 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /(porcja 1g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /(porcja 1g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /(porcja 1g)= 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /(porcja 1g)= 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /(porcja 1g)= 3,00 g Sól (100g)= 18 /(porcja 1g)= 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,3 /(porcja 1100g)= 858,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 /(porcja 1100g)= 39,20 g Tłuszcz (100g)= 1,5 /(porcja 1100g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /(porcja 1100g)= 127,80 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1100g)= 18,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 /(porcja 1100g)= 28,20 g Sól (100g)= 0 /(porcja 1100g)= 0,40 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,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,3 /(porcja 510g)= 561,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 510g)= 16,70 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 510g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 510g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,50 kcal Białko ogółem 99,60 g Tłuszcz 57,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,20 g Węglowodny przyswajalne 251,10 g cukry suma 56,60 g Błonnik pokarmowy 43,70 g Sól 3,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-16 14:43:05

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa 6-Z ograniczeniem łatwo przys.węg.(Cukrzycowa)	Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,9 /porcja 520g = 504,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 520g = 26,70 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /porcja 520g = 24,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,2 /porcja 520g = 16,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,4 /porcja 520g = 44,40 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 520g = 5,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 520g = 7,60 g Sól (100g)= ,2 /porcja 520g = 1,20 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 7500 /porcja 1g = 75,00 kcal Białko ogółem (100g)= 440 /porcja 1g = 4,40 g Tłuszcz (100g)= 300 /porcja 1g = 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 200 /porcja 1g = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 500 /porcja 1g = 5,00 g cukry suma (100g)= 450 /porcja 1g = 4,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 300 /porcja 1g = 3,00 g Sól (100g)= 18 /porcja 1g = 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) ziemniaki 200g a Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,3 /porcja 1100g = 869,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 1100g = 36,60 g Tłuszcz (100g)= 1,7 /porcja 1100g = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,3 /porcja 1100g = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,6 /porcja 1100g = 128,40 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1100g = 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /porcja 1100g = 25,60 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1100g = 2,00 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Salátka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,7 /porcja 480g = 465,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 480g = 14,10 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 480g = 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 480g = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /porcja 480g = 42,60 g cukry suma (100g)= 1,2 /porcja 480g = 5,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 480g = 7,10 g Sól (100g)= ,4 /porcja 480g = 2,00 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179 /porcja 140g = 252,10 kcal Białko ogółem (100g)= 8,2 /porcja 140g = 11,60 g Tłuszcz (100g)= 8,2 /porcja 140g = 11,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,4 /porcja 140g = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,3 /porcja 140g = 22,90 g cukry suma (100g)= 1,1 /porcja 140g = 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 /porcja 140g = 5,00 g Sól (100g)= ,6 /porcja 140g = 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 166,90 kcal Białko ogółem 93,40 g Tłuszcz 73,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 35,50 g Węglowodny przyswajalne 243,30 g cukry suma 38,10 g Błonnik pokarmowy 48,30 g Sól 6,20 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 14:43:05

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106,5 /porcja 536g = 560,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 536g = 22,00 g Tłuszcz (100g)= 6 /porcja 536g = 31,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,6 /porcja 536g = 18,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8 /porcja 536g = 46,40 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 536g = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 536g = 5,50 g Sól (100g)= ,4 /porcja 536g = 2,20 g		Barszcz czerwony 300ml bez glutenu (SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ,) Sos pietruszkowy 120g b/g A Ziemniaki 300g A Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75 /porcja 1200g = 937,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1200g = 36,10 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1200g = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /porcja 1200g = 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 /porcja 1200g = 142,80 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1200g = 28,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 /porcja 1200g = 33,10 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1200g = 2,20 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ,) Salátka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,5 /porcja 525g = 523,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /porcja 525g = 9,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 525g = 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 525g = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 525g = 52,80 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 525g = 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,8 /porcja 525g = 4,10 g Sól (100g)= ,5 /porcja 525g = 2,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 021,60 kcal Białko ogółem 67,60 g Tłuszcz 70,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,80 g Węglowodny przyswajalne 242,00 g cukry suma 57,40 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 7,10 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 14:43:05

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	ML- Bezmleczna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.8 /(porcja 461g)= 353,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 461g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 461g)= 8,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 461g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 461g)= 44,40 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 461g)= 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 461g)= 4,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 461g)= 0,60 g		Barszcz czerwony 300ml bezmleczny A (GLU Psz, SEL.) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (JAJ.) Sos pietruszkowy 120g b/g A Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 1200g)= 1 057,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1200g)= 42,10 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1200g)= 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1200g)= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 /(porcja 1200g)= 158,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1200g)= 21,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.2 /(porcja 1200g)= 40,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1200g)= 1,00 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.9 /(porcja 510g)= 539,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 510g)= 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 510g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 510g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 951,10 kcal Białko ogółem 76,50 g Tłuszcz 44,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,40 g Węglowodny przyswajalne 264,60 g cukry suma 42,50 g Błonnik pokarmowy 53,00 g Sól 3,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	Wie- Wegetariańska	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122.1 /(porcja 462g)= 554,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6.1 /(porcja 462g)= 27,60 g Tłuszcz (100g)= 5.9 /(porcja 462g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 462g)= 19,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /(porcja 462g)= 49,10 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 462g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 462g)= 7,10 g Sól (100g)= .3 /(porcja 462g)= 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kotlety sojowe smażona 120g (GLU Psz, JAJ, SOJ.) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.7 /(porcja 1020g)= 876,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 1020g)= 46,70 g Tłuszcz (100g)= 1.1 /(porcja 1020g)= 11,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1020g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 /(porcja 1020g)= 135,00 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 1020g)= 30,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.2 /(porcja 1020g)= 32,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1020g)= 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Salatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.9 /(porcja 500g)= 559,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 500g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 500g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 500g)= 64,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 500g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 9,10 g Sól (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 990,90 kcal Białko ogółem 85,80 g Tłuszcz 52,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 248,90 g cukry suma 56,90 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sól 5,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	C1- Dieta podstawowa	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (<i>MLE,</i>) Ser żółty 60g A (<i>MLE,</i>) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 554,80 kcal Białko ogółem 27,60 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,20 g Węglowodny przyswajalne 49,10 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 1,40 g		Barszcz czerwony 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL,</i>) Rumsztyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (<i>GLU Psz,</i>) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 898,00 kcal Białko ogółem 33,70 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,10 g Węglowodny przyswajalne 122,30 g cukry suma 25,40 g Błonnik pokarmowy 22,60 g Sól 2,00 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR,</i>) Sałatka jarzynowa 120g A (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,40 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 014,20 kcal Białko ogółem 78,00 g Tłuszcz 69,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g Węglowodny przyswajalne 233,60 g cukry suma 51,20 g Błonnik pokarmowy 38,10 g Sól 5,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka kajzerka 1szt-60g Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 448,00 kcal Białko ogółem 22,20 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,70 g Węglowodny przyswajalne 49,00 g cukry suma 14,40 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 1,70 g		Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL,) Roladka drobiowa pieczona 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Ziemniaki 300g A Bukiet warzyw duszony 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 986,70 kcal Białko ogółem 42,50 g Tłuszcz 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 154,80 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 34,50 g Sól 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR,) Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,40 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 996,10 kcal Białko ogółem 81,40 g Tłuszcz 48,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Węglowodny przyswajalne 266,00 g cukry suma 46,20 g Błonnik pokarmowy 50,00 g Sól 4,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	C3-Ograniczenie łatw.przys.węglu(CukrzycowaMaki)	Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 483,20 kcal Białko ogółem 26,60 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalne 44,30 g cukry suma 5,70 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 1,20 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 75,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Roladka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 827,50 kcal Białko ogółem 59,60 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 102,70 g cukry suma 20,30 g Błonnik pokarmowy 19,10 g Sól 2,10 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Golonkowa delikatkowa z indyka 80g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Syr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 535,40 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 9,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 49,70 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 7,10 g Sól 2,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 256,20 kcal Białko ogółem 14,90 g Tłuszcz 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,60 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,30 kcal Białko ogółem 143,10 g Tłuszcz 61,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 224,80 g cukry suma 43,90 g Błonnik pokarmowy 41,80 g Sól 7,30 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 2025-06-25 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka kajzerka 1szt-60g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 404,20 kcal Białko ogółem 19,90 g Tłuszcz 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 30,60 g cukry suma 9,10 g Błonnik pokarmowy 2,00 g Sól 1,10 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 75,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 3,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 5,00 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 3,00 g Sól 0,20 g	Barszcz czerwony 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Rumszyk wieprzowy smażony z cebulką 100g/10g (GLU Psz) Ziemniaki 100g Surówka po żydowsku 100g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 708,80 kcal Białko ogółem 29,30 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 84,30 g cukry suma 20,00 g Błonnik pokarmowy 14,00 g Sól 1,40 g	Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 54,80 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 11,10 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól g	Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatkowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 60g G (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 391,60 kcal Białko ogółem 12,60 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 41,50 g cukry suma 8,50 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 634,40 kcal Białko ogółem 66,60 g Tłuszcz 66,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,00 g Węglowodny przyswajalne 172,50 g cukry suma 52,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 4,00 g

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