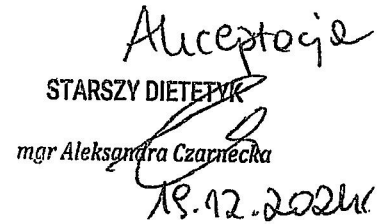


Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa 1-Podślawkowa	Chleb wielozłarnisty 65g (GLU Ows, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JA.) polewka soppoka 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JA.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124.6 /porcja 676g)= 830,80 kcal Białko ogółem (100g)=4,9 /porcja 676g)= 32,90 g Tłuszcz (100g)= 4,1 /porcja 676g)= 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 676g)= 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,3 /porcja 676g)= 101,70 g cukry suma (100g)= 5,9 /porcja 676g)= 39,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 676g)= 14,40 g Sól (100g)= .4 /porcja 676g)= 2,50 g		Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak pieczony 150g A Surówka po żyłowskiu 150g Ziemniaki 200g a herbata dzika róża /jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,3 /porcja 1050g)= 852,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 1050g)= 41,50 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 1050g)= 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1050g)= 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 /porcja 1050g)= 109,10 g cukry suma (100g)= 3,6 /porcja 1050g)= 35,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 1050g)= 12,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 1050g)= 2,30 g			Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Siedz po kaszubsku 120g (RYB.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,6 /porcja 760g)= 889,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 760g)= 26,30 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 760g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 760g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,8 /porcja 760g)= 67,70 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 760g)= 10,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 760g)= 9,10 g Sól (100g)= .4 /porcja 760g)= 2,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 572,70 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 278,50 g cukry suma 85,10 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 7,70 g


 Akceptacja
 STARSZY DIETETYK
 mgr Aleksandra Czarniecka
 19.12.2024

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa 2-Lakwaszawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JA.) polewka soppoka 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JA.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 121.6 /porcja 651g)= 811,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,9 /porcja 651g)= 32,90 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 651g)= 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 651g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,5 /porcja 651g)= 109,70 g cukry suma (100g)= 5,7 /porcja 651g)= 38,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 651g)= 9,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 651g)= 2,00 g		Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak duszony 150g A Sos pomidorowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża /jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,5 /porcja 1170g)= 805,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 1170g)= 45,20 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 1170g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1170g)= 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,3 /porcja 1170g)= 109,40 g cukry suma (100g)= 2,7 /porcja 1170g)= 30,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 1170g)= 16,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 1170g)= 0,70 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,6 /porcja 760g)= 590,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 760g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 760g)= 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 760g)= 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /porcja 760g)= 68,60 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 760g)= 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 760g)= 9,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 760g)= 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 213,70 kcal Białko ogółem 108,80 g Tłuszcz 63,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 281,70 g cukry suma 80,80 g Błonnik pokarmowy 34,40 g Sól 3,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa	12- Pajkielowa	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (GLU, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.5 /porcja 500g)= 402,50 kcal Białko ogółem (100g)=4.1 /porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /porcja 500g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)=8.4 /porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE). Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /porcja 500g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 g	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE). Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 187.8 /porcja 301g)= 565,50 kcal Białko ogółem (100g)= 9.2 /porcja 301g)= 27,80 g Tłuszcz (100g)= 5.5 /porcja 301g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 301g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.2 /porcja 301g)= 73,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 301g)= 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.7 /porcja 301g)= 11,16 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE). Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /porcja 500g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 g	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5 /porcja 500g)= 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 500g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 265,00 kcal Białko ogółem 110,80 g Tłuszcz 78,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,60 g Węglowodny przyswajalne 272,70 g cukry suma 42,20 g Błonnik pokarmowy 21,10 g Sól 1,30 g
	14- Płynna zamoczniona	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE). Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE). Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.6 /porcja 501g)= 498,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /porcja 501g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /porcja 501g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /porcja 501g)= 8,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /porcja 501g)= 58,20 g cukry suma (100g)= 3.9 /porcja 501g)= 19,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 501g)= 4,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 501g)= 0,50 g	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE). Mieso+warzywa+ masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 147.8 /porcja 301g)= 447,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7.4 /porcja 301g)= 22,30 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /porcja 301g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 /porcja 301g)= 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.6 /porcja 301g)= 57,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 301g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 301g)= 6,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE). Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /porcja 500g)= 423,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 /porcja 500g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 500g)= 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 500g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 /porcja 500g)= 53,20 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 500g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 500g)= 0,40 g	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 883,60 kcal Białko ogółem 105,90 g Tłuszcz 60,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,40 g Węglowodny przyswajalne 270,60 g cukry suma 43,40 g Błonnik pokarmowy 19,30 g Sól 1,30 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 5 z 14

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych (soczynowa) chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE). Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) polewka soppoka 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JAJ.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 857,10 kcal Białko ogółem 32,50 g Tłuszcz 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,70 g Węglowodny przyswajalne 96,40 g cukry suma 39,40 g Błonnik pokarmowy 16,20 g Sól 2,70 g		Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE). Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Sunduk po żydowsku 150g herbata ośmia różdł jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 944,90 kcal Białko ogółem 43,90 g Tłuszcz 26,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 126,50 g cukry suma 36,70 g Błonnik pokarmowy 17,20 g Sól 2,30 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Sledź po kaszubsku 120g (RYB.) Kiełbasa pleprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 814,50 kcal Białko ogółem 26,30 g Tłuszcz 8,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 67,70 g cukry suma 10,40 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 2,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 616,50 kcal Białko ogółem 102,70 g Tłuszcz 66,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Węglowodny przyswajalne 292,70 g cukry suma 86,50 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 7,90 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 6 z 14

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa GL-Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) polejówka soppoka 60g (SOJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.1/(porcja 586g)= 518,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 586g)= 21,40 g Tłuszcz (100g)= 4.4/(porcja 586g)= 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 586g)= 10,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.9/(porcja 586g)= 46,40 g cukry suma (100g)= 2.7/(porcja 586g)= 16,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9/(porcja 586g)= 5,50 g Sól (100g)= .5/(porcja 586g)= 2,90 g		Pomidorowa z ryżem 300ml bez glutenu (SEL) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g A b/g (SEL) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowsku 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.4/(porcja 1170g)= 881,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 1170g)= 39,90 g Tłuszcz (100g)= 2.3/(porcja 1170g)= 25,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1170g)= 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6/(porcja 1170g)= 118,10 g cukry suma (100g)= 4.6/(porcja 1170g)= 51,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 1170g)= 13,60 g Sól (100g)= .2/(porcja 1170g)= 2,30 g			chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Siedz po kaszubsku 120g (RYB) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.4/(porcja 775g)= 849,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3/(porcja 775g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 2.7/(porcja 775g)= 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2/(porcja 775g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.6/(porcja 775g)= 58,60 g cukry suma (100g)= 1.5/(porcja 775g)= 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6/(porcja 775g)= 4,80 g Sól (100g)= .5/(porcja 775g)= 3,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 246,80 kcal Białko ogółem 79,90 g Tłuszcz 72,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 223,10 g cukry suma 79,00 g Błonnik pokarmowy 23,90 g Sól 9,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa ML- Bezmielczna	Chleb pszenno-żytni 80g (GLU Psz, GLU Żyt.) Mięso tłuszczy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) polejówka soppoka 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Ciasto z owocami 80g (GLU Psz, JAJ) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115.5/(porcja 655g)= 770,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3/(porcja 655g)= 28,50 g Tłuszcz (100g)= 3.6/(porcja 655g)= 23,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2/(porcja 655g)= 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.7/(porcja 655g)= 104,70 g cukry suma (100g)= 5.1/(porcja 655g)= 33,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9/(porcja 655g)= 6,00 g Sól (100g)= .3/(porcja 655g)= 1,80 g		Pomidorowa z makaronem 300ml bezmielczna (GLU Psz, SEL) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g A b/g (SEL) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77/(porcja 1170g)= 855,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2/(porcja 1170g)= 46,40 g Tłuszcz (100g)= 1.9/(porcja 1170g)= 20,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1170g)= 5,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2/(porcja 1170g)= 113,20 g cukry suma (100g)= 2.8/(porcja 1170g)= 30,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 1170g)= 21,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 1170g)= 0,80 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Mięso tłuszczy do smarowania 80% 15g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Miód porcjowany 1szt-25g Mandarynka 2szt-250g Mix salat 30g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8/(porcja 720g)= 598,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9/(porcja 720g)= 21,00 g Tłuszcz (100g)= 2.4/(porcja 720g)= 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1/(porcja 720g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9/(porcja 720g)= 85,00 g cukry suma (100g)= 1.1/(porcja 720g)= 8,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.3/(porcja 720g)= 9,20 g Sól (100g)= .2/(porcja 720g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 223,50 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 61,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,50 g Węglowodny przyswajalne 302,90 g cukry suma 72,70 g Błonnik pokarmowy 37,00 g Sól 4,10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa	C2- Dieta Laktowewnawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) polewnica soppoka 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Ciasto z owocami 80g (GLU Psz, JAJ) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 811,80 kcal Białko ogółem 32,90 g Tłuszcz 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,30 g Węglowodny przyswajalne 109,70 g cukry suma 38,20 g Błonnik pokarmowy 9,00 g Sól 2,00 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	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak duszony 150g A Sos potrawkowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 805,00 kcal Białko ogółem 45,20 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,70 g Węglowodny przyswajalne 103,40 g cukry suma 30,20 g Błonnik pokarmowy 16,20 g Sól 0,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 596,90 kcal Białko ogółem 30,70 g Tłuszcz 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 66,60 g cukry suma 12,40 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 213,70 kcal Białko ogółem 108,80 g Tłuszcz 83,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 281,70 g cukry suma 80,80 g Błonnik pokarmowy 34,40 g Sól 3,90 g
	C3- Ograniczenie kalorii, węgla (Cukrzyca/wielki)	chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ) polewnica soppoka 60g (SOJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Ciasto z owocami 80g (GLU Psz, JAJ) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 708,00 kcal Białko ogółem 28,10 g Tłuszcz 23,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,80 g Węglowodny przyswajalne 86,30 g cukry suma 29,80 g Błonnik pokarmowy 13,20 g Sól 2,50 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	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200 g (MLE) Surówka po żydowsku 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 682,10 kcal Białko ogółem 45,40 g Tłuszcz 29,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 56,40 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 4,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Słódz po kaszubsku 120g (RYB) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Mandarynka 2szt-250g Syr naturalny 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 940,20 kcal Białko ogółem 51,80 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,40 g Węglowodny przyswajalne 66,10 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 9,90 g Sól 3,80 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Szyka łoskowa z kurczak 60g (SOJ) Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 258,60 kcal Białko ogółem 14,90 g Tłuszcz 7,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 23,50 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 663,90 kcal Białko ogółem 144,60 g Tłuszcz 74,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 239,30 g cukry suma 62,00 g Błonnik pokarmowy 36,10 g Sól 11,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 13 z 14

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa	PI- Dieta Podstawowa/Dzielnąca	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	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak pieczony 80g Ziemniaki 100g Surówka po żydowsku 100g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 565,00 kcal Białko ogółem 23,80 g Tłuszcz 12,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 86,10 g cukry suma 31,00 g Błonnik pokarmowy 7,50 g Sól 1,50 g	Mandarynka 2szt-250g Wartość energetyczna[kcal] 84,40 kcal Białko ogółem 1,10 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 17,40 g cukry suma g Błonnik pokarmowy 3,60 g Sól g	Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Słódz po kaszubsku 120g (RYB) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 729,40 kcal Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 36,80 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 3,40 g Sól 2,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 104,30 kcal Białko ogółem 76,40 g Tłuszcz 53,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g Węglowodny przyswajalne 228,10 g cukry suma 78,40 g Błonnik pokarmowy 24,40 g Sól 6,40 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 14 z 14

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa We - Węgielarska	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Ciasto z owocami 80g (GLU Psz, JA.J.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127 /porcja 641g)= 793,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 641g)= 28,80 g Tłuszcz (100g)= 3,7 /porcja 641g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,7 /porcja 641g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,5 /porcja 641g)= 109,40 g cukry suma (100g)= 6,1 /porcja 641g)= 38,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 641g)= 9,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 641g)= 0,50 g</p>		<p>Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kolekt z soczewicy 100g (GLU Psz, JA.J.) Sos pomidorowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Surówka po żydowski 150g herbata dżika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,9 /porcja 1120g)= 754,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,2 /porcja 1120g)= 24,20 g Tłuszcz (100g)= .7 /porcja 1120g)= 7,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4 /porcja 1120g)= 138,00 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 1120g)= 37,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1120g)= 21,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,00 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Sledź po kaszubsku 120g (RYB.) Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,5 /porcja 720g)= 838,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2,7 /porcja 720g)= 19,50 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 720g)= 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 720g)= 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 /porcja 720g)= 67,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 720g)= 10,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /porcja 720g)= 9,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 720g)= 2,20 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 386,50 kcal Białko ogółem 72,50 g Tłuszcz 45,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,70 g Węglowodny przyswajalne 314,60 g cukry suma 86,40 g Błonnik pokarmowy 39,50 g Sól 4,70 g</p>

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 11 z 14

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-25 środa C1- Dieta pełnowartościowa	<p>Chleb wielozłazisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JA.J.) poledwica sopocka 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Ciasto z owocami 80g (GLU Psz, JA.J.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 830,80 kcal Białko ogółem 32,90 g Tłuszcz 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,00 g Węglowodny przyswajalne 101,70 g cukry suma 39,10 g Błonnik pokarmowy 14,40 g Sól 2,50 g</p>		<p>Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak pieczony 150g A Ziemniaki 200g a Surówka po żydowski 150g herbata dżika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 852,60 kcal Białko ogółem 41,60 g Tłuszcz 25,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 105,10 g cukry suma 35,50 g Błonnik pokarmowy 12,70 g Sól 2,30 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Sledź po kaszubsku 120g (RYB.) Kielbasa pieprzowa-wędlna z indyka 1kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 889,30 kcal Białko ogółem 26,30 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,00 g Węglowodny przyswajalne 67,70 g cukry suma 10,50 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 2,90 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 572,70 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 69,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Węglowodny przyswajalne 278,50 g cukry suma 85,10 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 7,70 g</p>

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 12 z 14

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:16:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa 9. Bogobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) polećwica sopocka 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JAJ.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.5 (porcja 650g)= 736,80 kcal Białko ogółem (100g)=4.3 /porcja 650g)= 28,50 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 650g)= 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 650g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.7 /porcja 650g)= 104,70 g cukry suma (100g)= 5.1 /porcja 650g)= 33,70 g Błonnik pokarmowy (100g)=.9 /porcja 650g)= 6,00 g Sól (100g)=.3 /porcja 650g)= 1,80 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	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak duszony 150g A Sos pomidorowy 120g (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.5 /porcja 1170g)= 845,00 kcal Białko ogółem (100g)=4.1 /porcja 1170g)= 45,20 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1170g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1170g)= 5,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /porcja 1170g)= 103,40 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 1170g)= 30,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 1170g)= 16,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 1170g)= 0,70 g	Jogurt naturalny 150g-1szl (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.4 /porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= 0 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) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z Indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.6 /porcja 760g)= 596,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 760g)= 30,70 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 760g)= 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 760g)= 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 760g)= 68,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 760g)= 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 760g)= 9,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 760g)= 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 267,70 kcal Białko ogółem 112,60 g Tłuszcz 65,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 286,80 g cukry suma 85,90 g Błonnik pokarmowy 34,40 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa 6.Z ograniczeniem tłuszczu (Cukrzyca)	chleb wielozłotamiasty 115g (GLU Chw, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ.) polećwica sopocka 60g (SOJ.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.8 /porcja 595g)= 504,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 595g)= 24,70 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 595g)= 24,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 595g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.7 /porcja 595g)= 39,60 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 595g)= 5,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /porcja 595g)= 12,90 g Sól (100g)= .4 /porcja 595g)= 2,50 g	Jogurt z owocami bez cukru 1szt-150g (MLE) Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JAJ.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 368.8 /porcja 81g)= 299,80 kcal Białko ogółem (100g)= 9.6 /porcja 81g)= 7,80 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /porcja 81g)= 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.5 /porcja 81g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 63.7 /porcja 81g)= 51,80 g cukry suma (100g)= 35.1 /porcja 81g)= 28,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /porcja 81g)= 3,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 81g)= 0,20 g	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE) Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Surówka z jogurtu 150g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.3 /porcja 1050g)= 723,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 1050g)= 33,00 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1050g)= 19,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1050g)= 4,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 1050g)= 89,10 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 1050g)= 15,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 1050g)= 12,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 1050g)= 2,20 g	Jogurt naturalny 150g-1szl (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.4 /porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= 0 Sól (100g)= .1 /porcja 150g)= 0,10 g	Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Śledź no kaszubski 120g (RYB.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z Indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szt-250g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112.9 /porcja 760g)= 868,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 760g)= 27,00 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 760g)= 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 760g)= 9,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8 /porcja 760g)= 61,50 g cukry suma (100g)= .8 /porcja 760g)= 5,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3 /porcja 760g)= 9,90 g Sól (100g)= .4 /porcja 760g)= 2,90 g	Pieczony żytnio-pszenno-razowa 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) 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)= 12,80 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] 2 649,30 kcal Białko ogółem 105,10 g Tłuszcz 81,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 33,90 g Węglowodny przyswajalne 264,80 g cukry suma 57,40 g Błonnik pokarmowy 43,80 g Sól 8,30 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), Jogurt z owocami bez cukru 1szl-150g (MLE), poledwica sopocka 60g (SOJ), Pomidor sparzony 100g 2 szl Rukola 10g Ciasło z owocami 60g (GLU Psz, JAJ), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113.4 (porcja 591g) = 667,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /porcja 591g = 27,30 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /porcja 591g = 9,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 591g = 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.6 /porcja 591g = 109,40 g cukry suma (100g)= 6.5 /porcja 591g = 38,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 591g = 9,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 591g = 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szl. (MLE), Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JAJ), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 119.9 /porcja 230g = 276,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 230g = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /porcja 230g = 3,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 230g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 22.3 /porcja 230g = 51,90 g cukry suma (100g)= 12.5 /porcja 230g = 29,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 230g = 0,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 230g = 0,10 g	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE), Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.2 /porcja 1050g = 782,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /porcja 1050g = 44,30 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 1050g = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 1050g = 5,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 1050g = 99,90 g cukry suma (100g)= 2.9 /porcja 1050g = 28,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 1050g = 15,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 1050g = 0,70 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 = 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	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 120g A (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Mandarynka 2szl-250g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.6 /porcja 760g = 596,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 760g = 30,70 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 760g = 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 760g = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 760g = 68,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 760g = 12,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 760g = 9,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 760g = 1,20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 046,10 kcal Białko ogółem 102,30 g Tłuszcz 49,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 277,90 g cukry suma 79,50 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sól 3,90 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-25 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-25 środa 4-Latwostrawna z ogranicz. pobudz. wył. soku, ziołek	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.), masło porcjowane 10g (MLE), poledwica sopocka 60g (SOJ), Pomidor sparzony 100g 2 szl Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.3 /porcja 505g = 396,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 505g = 17,90 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /porcja 505g = 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 505g = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 505g = 51,00 g cukry suma (100g)= 1.9 /porcja 505g = 9,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 505g = 4,00 g Sól (100g)= .5 /porcja 505g = 2,70 g	Jogurt naturalny 150g-1szl. (MLE), Ciasło z owocami 80g (GLU Psz, JAJ), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 119.9 /porcja 230g = 276,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 230g = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /porcja 230g = 3,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /porcja 230g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 22.3 /porcja 230g = 51,90 g cukry suma (100g)= 12.5 /porcja 230g = 29,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 230g = 0,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 230g = 0,10 g	Pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU Psz, MLE), Kurczak duszony 150g A Ziemniaki 200g a Bukiet warzyw duszony 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.2 /porcja 1170g = 968,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /porcja 1170g = 48,20 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /porcja 1170g = 27,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 1170g = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /porcja 1170g = 124,70 g cukry suma (100g)= 2.9 /porcja 1170g = 31,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /porcja 1170g = 20,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 1170g = 0,70 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 = 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	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 120g A (MLE), Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.1 /porcja 495g = 495,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /porcja 495g = 27,50 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 495g = 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /porcja 495g = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /porcja 495g = 51,80 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 495g = 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 495g = 2,90 g Sól (100g)= .4 /porcja 495g = 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 195,40 kcal Białko ogółem 101,10 g Tłuszcz 62,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 291,80 g cukry suma 94,40 g Błonnik pokarmowy 29,70 g Sól 5,60 g	

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