

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	24. letnia	Bulka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt=130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 119.8 /(porcja 660g)= 798,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 660g)= 37,40 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 660g)= 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 660g)= 12,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 660g)= 94,90 g cukry suma (100g)= 4.9 /(porcja 660g)= 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 660g)= 11,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g)= 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.6 /(porcja 1000g)= 905,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 1000g)= 51,20 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 1000g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1000g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 1000g)= 122,80 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1000g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 1000g)= 22,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g)= 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Dżem porcjowany 1szt=25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /(porcja 515g)= 434,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 515g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 515g)= 12,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 515g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 515g)= 60,10 g cukry suma (100g)= 8.9 /(porcja 515g)= 47,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 515g)= 9,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 515g)= 1,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,10 kcal Białko ogółem 105,70 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,90 g Węglowodny przyswajalne 277,80 g cukry suma 92,20 g Błonnik pokarmowy 43,70 g Sól 2,90 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_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 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-17 10:25:20

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

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

Wydruk z MAPY JADŁOSPIS 2

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	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	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+ziemi niaki 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 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	14- Płyna 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+ziemiaki 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 Węglodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,70 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt=130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 724,00 kcal Białko ogółem 37,40 g Tłuszcz 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 94,80 g cukry suma 32,50 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLUPsz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1015,60 kcal Białko ogółem 49,40 g Tłuszcz 23,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 18,00 g Sól 1,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Dżem porcjowany 1szt=25g ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 399,50 kcal Białko ogółem 16,40 g Tłuszcz 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 58,10 g cukry suma 44,80 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 1,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 139,10 kcal Białko ogółem 103,20 g Tłuszcz 53,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,90 g Węglowodny przyswajalne 296,30 g cukry suma 97,80 g Błonnik pokarmowy 38,10 g Sól 4,10 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	9- Bogatobiałkowa	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136.7 /porcja 530g)= 719,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 530g)= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 5.3 /porcja 530g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 /porcja 530g)= 12,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.6 /porcja 530g)= 77,10 g cukry suma (100g)= 3.2 /porcja 530g)= 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 530g)= 1,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt=130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 /porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 /porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.9 /porcja 1000g)= 919,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /porcja 1000g)= 51,20 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 1000g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1000g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 /porcja 1000g)= 126,30 g cukry suma (100g)= 1.3 /porcja 1000g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 1000g)= 22,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1000g)= 0,50 g	Jogurt owocowy 1szt=100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /porcja 100g)= 0 Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 100g)= 0 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.) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobioną 40g Dżem porcjowany 1szt=25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /porcja 515g)= 434,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 515g)= 17,10 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /porcja 515g)= 12,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 515g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /porcja 515g)= 60,10 g cukry suma (100g)= 8.9 /porcja 515g)= 47,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 515g)= 9,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 515g)= 1,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 285,40 kcal Białko ogółem 112,70 g Tłuszcz 61,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 299,50 g cukry suma 97,30 g Błonnik pokarmowy 43,70 g Sól 3,10 g	

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

2025-06-26 czwartek	6-z ograniczeniem łatwo przyswajal(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.3 /(porcja 500g)= 446,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 500g)= 26,20 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 500g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 500g)= 40,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 500g)= 1,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /(porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 /(porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /(porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 /(porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 280g)= 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 105.3 /(porcja 1000g)= 1 052,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 /(porcja 1000g)= 53,50 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 1000g)= 25,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 1000g)= 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 /(porcja 1000g)= 145,10 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1000g)= 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1000g)= 18,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 1,70 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.7 /(porcja 440g)= 329,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 440g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 440g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 440g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 440g)= 33,90 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 440g)= 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 440g)= 4,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 440g)= 1,40 g	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Ser żółty 30g (MLE.) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250.4 /(porcja 130g)= 325,20 kcal Białko ogółem (100g)= 11.7 /(porcja 130g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14.4 /(porcja 130g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9.6 /(porcja 130g)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.8 /(porcja 130g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 130g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 /(porcja 130g)= 5,30 g Sól (100g)= .5 /(porcja 130g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 287,20 kcal Białko ogółem 116,90 g Tłuszcz 77,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 37,10 g Węglowodny przyswajalne 265,80 g cukry suma 54,30 g Błonnik pokarmowy 34,60 g Sól 4,80 g

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

2025-06-26 czwartek	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.5 /(porcja 665g)= 549,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 665g)= 21,10 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 665g)= 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 665g)= 9,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 /(porcja 665g)= 61,40 g cukry suma (100g)= 4.5 /(porcja 665g)= 30,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 665g)= 2,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 665g)= 1,40 g		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenu a Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenu A Kasza gryczana 250g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.5 /(porcja 1050g)= 995,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 1050g)= 52,30 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 1050g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1050g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 1050g)= 132,10 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1050g)= 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1050g)= 19,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 2,00 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.2 /(porcja 500g)= 406,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 500g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 500g)= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 500g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.9 /(porcja 500g)= 49,30 g cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 500g)= 46,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,20 g Sól (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 951,00 kcal Białko ogółem 84,90 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,80 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 96,90 g Błonnik pokarmowy 26,70 g Sól 5,80 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 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	ML - Bezmlecznia	Bułka Grahamka 1szt=70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 2szt=100g (JAJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt=130g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.9 /(porcja 640g)= 580,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 640g)= 21,20 g Tłuszcz (100g)= 3.4/(porcja 640g)= 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 640g)= 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 640g)= 72,60 g cukry suma (100g)= 3.7 /(porcja 640g)= 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 640g)= 7,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 640g)= 1,00 g		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100 /(porcja 1050g)= 1 000,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 1050g)= 50,00 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 1050g)= 38,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1050g)= 4,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1 /(porcja 1050g)= 101,20 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1050g)= 12,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 1050g)= 22,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1050g)= 0,90 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 60g Dżem porcjowany 1szt=25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.2 /(porcja 535g)= 437,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 535g)= 20,40 g Tłuszcz (100g)= 2.1/(porcja 535g)= 11,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 535g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /(porcja 535g)= 60,30 g cukry suma (100g)= 8.9 /(porcja 535g)= 46,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 535g)= 9,40 g Sól (100g)= .3 /(porcja 535g)= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 018,50 kcal Białko ogółem 91,60 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,30 g Węglowodny przyswajalne 234,10 g cukry suma 82,60 g Błonnik pokarmowy 39,30 g Sól 3,40 g		

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 11 z 16

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-17 10:25:20

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	Wie- Węgielatarska	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 119.8 /(porcja 660g) = 798,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 660g) = 37,40 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 660g) = 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 660g) = 12,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 660g) = 94,90 g cukry suma (100g)= 4.9 /(porcja 660g) = 32,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 660g) = 11,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g) = 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Jajko sadzone 2szt. (JAJ,) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.3 /(porcja 1000g) = 1 033,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1000g) = 34,10 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 1000g) = 33,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 1000g) = 5,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.1 /(porcja 1000g) = 140,90 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1000g) = 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1000g) = 17,40 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g) = 1,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło porcjowane 10g W (MLE,) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ,) Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.4 /(porcja 525g) = 507,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /(porcja 525g) = 20,60 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 525g) = 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 525g) = 9,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /(porcja 525g) = 58,20 g cukry suma (100g)= 8.5 /(porcja 525g) = 44,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 525g) = 8,50 g Sól (100g)= .1 /(porcja 525g) = 0,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 339,80 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 81,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 294,00 g cukry suma 97,50 g Błonnik pokarmowy 37,50 g Sól 3,20 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 12 z 16

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-17 10:25:20

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	C1- Dieta podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 798,80 kcal Białko ogółem 37,40 g Tłuszcz 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 94,90 g cukry suma 32,50 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) Kasza gryczana 200 g (MLE,) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 052,70 kcal Białko ogółem 49,40 g Tłuszcz 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 18,00 g Sól 2,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 446,40 kcal Białko ogółem 19,90 g Tłuszcz 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 58,40 g cukry suma 44,80 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 297,90 kcal Białko ogółem 106,70 g Tłuszcz 69,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,50 g Węglowodny przyswajalne 296,70 g cukry suma 97,80 g Błonnik pokarmowy 38,10 g Sól 5,40 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 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek	C2- Dieta Łagodniejsza	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 798,80 kcal Białko ogółem 37,40 g Tłuszcz 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,80 g Węglowodny przyswajalne 94,90 g cukry suma 32,50 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 905,90 kcal Białko ogółem 51,20 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 122,80 g cukry suma 12,70 g Błonnik pokarmowy 22,70 g Sól 0,50 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 459,60 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 60,30 g cukry suma 47,00 g Błonnik pokarmowy 9,40 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 164,30 kcal Białko ogółem 109,10 g Tłuszcz 59,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,30 g Węglowodny przyswajalne 278,00 g cukry suma 92,20 g Błonnik pokarmowy 43,70 g Sól 3,30 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 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek C3-Organizmie latw.przys.węgl(CukrzycowaMaik)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Masło roślinne rama 10g Twarożek z pietruszką 220g (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 546,90 kcal Białko ogółem 43,20 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,90 g Węglowodny przyswajalne 45,10 g cukry suma 12,20 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 133,40 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,50 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 20,80 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLUPsz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE,) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1105,80 kcal Białko ogółem 70,30 g Tłuszcz 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 144,60 g cukry suma 20,60 g Błonnik pokarmowy 18,10 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 307,50 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 33,80 g cukry suma 7,50 g Błonnik pokarmowy 4,50 g Sól 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 40g (MLE,) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 304,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 397,70 kcal Białko ogółem 150,60 g Tłuszcz 73,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,50 g Węglowodny przyswajalne 269,60 g cukry suma 63,10 g Błonnik pokarmowy 34,20 g Sól 5,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-26 czwartek P1-Dieta Pościłowa Dziecięca	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 642,30 kcal Białko ogółem 33,90 g Tłuszcz 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,60 g Węglowodny przyswajalne 62,40 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 8,90 g Sól 1,20 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 79,40 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 17,90 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLUPsz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) kasza gryczana gotowa 100g Sałatka z czerwonej kapusty 100g got (JAJ, GOR,) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 740,10 kcal Białko ogółem 42,30 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 99,90 g cukry suma 14,10 g Błonnik pokarmowy 13,30 g Sól 0,90 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE,) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Chleb żytnio-pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 330,00 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 35,10 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 3,70 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 870,80 kcal Białko ogółem 96,90 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,00 g Węglowodny przyswajalne 228,30 g cukry suma 53,20 g Błonnik pokarmowy 27,30 g Sól 3,50 g