

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-12-26 czwartek 1-Podstawowa	Chleb wielozłamiasty 85g (GLU Ovs, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) pasztet drobiowy 1szt:50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE) ogórek 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122.7/(porcja 645g)= 766,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1/(porcja 645g)= 32,30 g Tłuszcz (100g)= 6.2/(porcja 645g)= 38,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.7/(porcja 645g)= 17,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.8/(porcja 645g)= 67,40 g cukry suma (100g)= 2.4/(porcja 645g)= 14,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4/(porcja 645g)= 15,20 g Sól (100g)= .4/(porcja 645g)= 2,30 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salaatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85/(porcja 1000g)= 850,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5/(porcja 1000g)= 44,90 g Tłuszcz (100g)= 1.8/(porcja 1000g)= 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8/(porcja 1000g)= 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1/(porcja 1000g)= 121,30 g cukry suma (100g)= 2.3/(porcja 1000g)= 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 1000g)= 14,50 g Sól (100g)= .2/(porcja 1000g)= 1,80 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Polejwica sopočka 40g (SOJ.) Salaatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-piernik 80g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138.2/(porcja 551g)= 767,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8/(porcja 551g)= 20,80 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 551g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 551g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.8/(porcja 551g)= 104,40 g cukry suma (100g)= 5.6/(porcja 551g)= 31,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6/(porcja 551g)= 8,80 g Sól (100g)= .5/(porcja 551g)= 2,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 384,70 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 73,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 39,30 g Węglowodny przyswajalne 293,10 g cukry suma 69,50 g Błonnik pokarmowy 38,50 g Sól 6,70 g

Aliceptegia
STARSZY DIETETYK
mgr Aleksandra Czarna
18.12.2024

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek 2-Lubuska	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) twarożek 60g A (MLE) Szynka kostkowa z kurczak 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.4/(porcja 650g)= 649,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1/(porcja 650g)= 33,80 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 650g)= 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 650g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3/(porcja 650g)= 75,10 g cukry suma (100g)= 2.4/(porcja 650g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4/(porcja 650g)= 9,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 650g)= 0,90 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salaatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,8/(porcja 1000g)= 816,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5/(porcja 1000g)= 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1.8/(porcja 1000g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1000g)= 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1/(porcja 1000g)= 110,50 g cukry suma (100g)= 2.4/(porcja 1000g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8/(porcja 1000g)= 18,30 g Sól (100g)= .2/(porcja 1000g)= 1,60 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Polejwica sopočka 40g (SOJ.) Salaatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-piernik 80g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 138.2/(porcja 551g)= 767,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8/(porcja 551g)= 20,80 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 551g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 551g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.8/(porcja 551g)= 104,40 g cukry suma (100g)= 5.6/(porcja 551g)= 31,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6/(porcja 551g)= 8,80 g Sól (100g)= .5/(porcja 551g)= 2,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 235,50 kcal Białko ogółem 99,70 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 299,00 g cukry suma 71,30 g Błonnik pokarmowy 36,70 g Sól 5,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-12-26 czwartek	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (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)= .5 /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)= 22,80 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	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 162.7 /porcja 301g)= 492,90 kcal Białko ogółem (100g)= 8.6 /porcja 301g)= 25,90 g Tłuszcz (100g)= 6.2 /porcja 301g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 301g)= 3,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.1 /porcja 301g)= 51,90 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 301g)= 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /porcja 301g)= 12,90 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)= 22,80 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 (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)= .5 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 144,30 kcal Białko ogółem 112,50 g Tłuszcz 77,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,20 g Węglowodny przyswajalne 242,10 g cukry suma 42,90 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 1,30 g
	14- Płynna wzmożona	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (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)= .5 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt.) Miesło+warzywa+masło+ziemiak 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122.7 /porcja 301g)= 371,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6.7 /porcja 301g)= 20,30 g Tłuszcz (100g)= 5.1 /porcja 301g)= 15,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 /porcja 301g)= 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /porcja 301g)= 35,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /porcja 301g)= 4,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /porcja 301g)= 8,10 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 (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)= .5 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 002,70 kcal Białko ogółem 104,60 g Tłuszcz 78,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,50 g Węglowodny przyswajalne 214,50 g cukry suma 29,00 g Błonnik pokarmowy 20,70 g Sól 0,90 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 5 z 13

Formularz:Jadlospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.rtf

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:45:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercewa)	Chleb wielozłamiasty 85g (GLU Ows, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) twarożek 60g A (MLE.) Szyńka losowa z kurcząt 60g (SOJ.) ogórek 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 620,10 kcal Białko ogółem 34,10 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 68,00 g cukry suma 17,60 g Błonnik pokarmowy 15,20 g Sól 1,40 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salaatka z buraczków 150g got. Herbała owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 850,00 kcal Białko ogółem 44,90 g Tłuszcz 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,60 g Węglowodny przyswajalne 121,30 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 14,50 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Poledwica soppoka 40g (SOJ.) Salaatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-plemnik 60g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 801,00 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 104,40 g cukry suma 34,20 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 2,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 271,10 kcal Białko ogółem 99,90 g Tłuszcz 56,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,90 g Węglowodny przyswajalne 293,70 g cukry suma 72,20 g Błonnik pokarmowy 38,50 g Sól 5,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

strona 6 z 13

Formularz:Jadlospisy_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.rtf

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:45:57

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek GI - Bezglutenowa	herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) ogórek 50g Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,6/(porcja 605g) = 498,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /(porcja 605g) = 17,50 g Tłuszcz (100g)= 4,8/(porcja 605g) = 28,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,8/(porcja 605g) = 18,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,6/(porcja 605g) = 44,40 g cukry suma (100g)= .9/(porcja 605g) = 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /(porcja 605g) = 3,50 g Sól (100g)= .4/(porcja 605g)= 2,10 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza gryczana 200g A Salatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,9/(porcja 1000g) = 898,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 1000g) = 50,40 g Tłuszcz (100g)= 1,8/(porcja 1000g) = 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1000g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,6/(porcja 1000g) = 126,40 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 1000g) = 23,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9/(porcja 1000g) = 19,00 g Sól (100g)= .2/(porcja 1000g) = 2,20 g			chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Poledwica sopocka 40g (SOJ) Salatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GDR) Fowidła śniłkowe 1szt-30g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111,3/(porcja 546g) = 618,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1,8 /(porcja 546g) = 9,80 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 546g) = 20,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4/(porcja 546g) = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3/(porcja 546g) = 68,20 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 546g) = 21,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 546g) = 4,90 g Sól (100g)= .7/(porcja 546g) = 3,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 015,40 kcal Białko ogółem 77,70 g Tłuszcz 67,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,00 g Węglowodny przyswajalne 239,00 g cukry suma 50,60 g Błonnik pokarmowy 27,20 g Sól 8,20 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 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek MI - Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SDJ) Nix salat z olejem i marchewką 50g Mandarynka 130g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 163,3/(porcja 595g) = 960,60 kcal Białko ogółem (100g)= 6,4 /(porcja 595g) = 37,60 g Tłuszcz (100g)= 2,3/(porcja 595g) = 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6/(porcja 595g) = 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 26,9/(porcja 595g) = 158,50 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 595g) = 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5/(porcja 595g) = 14,80 g Sól (100g)= .2/(porcja 595g)= 1,10 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,7/(porcja 1000g) = 827,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 1000g) = 44,00 g Tłuszcz (100g)= 2,7/(porcja 1000g) = 26,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1000g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4/(porcja 1000g) = 94,30 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 1000g) = 23,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8/(porcja 1000g) = 18,00 g Sól (100g)= .2/(porcja 1000g) = 2,20 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Poledwica sopocka 40g (SOJ) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GDR) Ciasto-piemik 80g (GLU Psz, JAJ) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 144,2/(porcja 556g) = 801,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 556g) = 20,90 g Tłuszcz (100g)= 3,7/(porcja 556g) = 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3/(porcja 556g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18,8/(porcja 556g) = 104,40 g cukry suma (100g)= 5,6 /(porcja 556g) = 31,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 556g) = 8,80 g Sól (100g)= .5/(porcja 556g) = 2,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 588,90 kcal Białko ogółem 102,50 g Tłuszcz 60,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,60 g Węglowodny przyswajalne 357,00 g cukry suma 62,10 g Błonnik pokarmowy 41,60 g Sól 6,00 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 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek	C3-Ograniczenie lakty. przys. węglowod. (Cukrzyca/wałki)	chleb wielozłarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g pasztet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) twaróg 60g A (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 493,20 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 40,50 g cukry suma 6,30 g Błonnik pokarmowy 11,70 g Sól 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szk. (MLE.) Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] 97,90 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 14,20 g cukry suma 5,10 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 902,10 kcal Białko ogółem 64,20 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,90 g Węglowodny przyswajalne 115,60 g cukry suma 25,40 g Błonnik pokarmowy 14,60 g Sól 1,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g polewnica sopočka 60g (SOJ.) Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-pieniak 80g (GLU Psz, JAJ.) Skyr naturalny 150g (MLE.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 805,10 kcal Białko ogółem 39,40 g Tłuszcz 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,60 g Węglowodny przyswajalne 99,50 g cukry suma 40,70 g Błonnik pokarmowy 7,50 g Sól 3,20 g	Pieczyczo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kuczaka grubo rozdrobniona 40g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 232,90 kcal Białko ogółem 11,60 g Tłuszcz 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 531,20 kcal Białko ogółem 139,20 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,50 g Węglowodny przyswajalne 293,30 g cukry suma 79,40 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 8,00 g
		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb wielozłarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) pasztet drobiowy 1szt-50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE.) ogórek 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 523,80 kcal Białko ogółem 26,50 g Tłuszcz 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 35,90 g cukry suma 13,30 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 1,90 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 111,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza gryczana gotowana 100g Sałatka z czerwonej kapusty 100g got (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 612,00 kcal Białko ogółem 37,10 g Tłuszcz 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,50 g Węglowodny przyswajalne 73,40 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sól 0,90 g	Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] 43,90 kcal Białko ogółem 0,60 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 9,10 g cukry suma g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól g	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Polewnica sopočka 40g (SOJ.) Sałatka jarzynowa 60g G (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-pieniak 60g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 598,00 kcal Białko ogółem 16,80 g Tłuszcz 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 83,70 g cukry suma 28,40 g Błonnik pokarmowy 5,20 g Sól 1,90 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek We- Wegetariańska	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) ogórek 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,8 /porcja 590g = 651,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7 /porcja 590g = 33,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /porcja 590g = 24,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 /porcja 590g = 14,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /porcja 590g = 73,60 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 590g = 14,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 590g = 9,70 g Sól (100g)= 2,1 /porcja 590g = 1,30 g</p>		<p>Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Żyt.) Jajko sadzone 2szt. (JAJ.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 66,9 /porcja 1000g = 669,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 1000g = 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 1000g = 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,6 /porcja 1000g = 5,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 1000g = 119,00 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 1000g = 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 1000g = 13,90 g Sól (100g)= 2 /porcja 1000g = 1,60 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło porcjowane 10g W (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-piemik 80g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 133,1 /porcja 580g = 183,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2,5 /porcja 580g = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 580g = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 580g = 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18,3 /porcja 580g = 107,60 g cukry suma (100g)= 5,5 /porcja 580g = 32,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /porcja 580g = 9,50 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 580g = 2,00 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 303,60 kcal Białko ogółem 78,20 g Tłuszcz 69,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,80 g Węglowodny przyswajalne 300,20 g cukry suma 69,20 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 4,90 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek C1- Dieta polistawowa	<p>Chleb wielozłazisty 85g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) poszłate drożdżowe 1szt=50g (GLU Psz, SOJ.) Ser żółty 40g (MLE) ogórek 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 766,90 kcal Białko ogółem 32,00 g Tłuszcz 38,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,10 g Węglowodny przyswajalne 67,40 g cukry suma 14,90 g Błonnik pokarmowy 15,20 g Sól 2,30 g</p>		<p>Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Kasza gryczana 200g A Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 850,00 kcal Białko ogółem 44,90 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,60 g Węglowodny przyswajalne 121,30 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 14,50 g Sól 1,80 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Polewka soppoka 40g (SOJ.) Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-piemik 80g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 767,80 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 104,40 g cukry suma 31,20 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 2,60 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 384,70 kcal Białko ogółem 97,80 g Tłuszcz 73,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,30 g Węglowodny przyswajalne 293,10 g cukry suma 69,50 g Błonnik pokarmowy 38,50 g Sól 6,70 g</p>
2024-12-26 czwartek C2- Dieta lekkostrawna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) twaróg 60g A (MLE) Szynka łoszowa z kurczakiem 60g (SOJ.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 649,40 kcal Białko ogółem 33,80 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 75,10 g cukry suma 16,20 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 0,90 g</p>		<p>Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 818,30 kcal Białko ogółem 45,00 g Tłuszcz 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 110,50 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 18,30 g Sól 1,90 g</p>			<p>Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Polewka soppoka 40g (SOJ.) Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Ciasto-piemik 80g (GLU Psz, JAJ.) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 767,80 kcal Białko ogółem 20,90 g Tłuszcz 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 104,40 g cukry suma 31,20 g Błonnik pokarmowy 8,80 g Sól 2,60 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 235,50 kcal Białko ogółem 99,70 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 290,00 g cukry suma 71,30 g Błonnik pokarmowy 36,70 g Sól 5,30 g</p>

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-26 czwartek 9. Bogalbialkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), twarożek 60g A (MLE), Szynka losowa z kurcząt 60g (SOJ), Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115.1 /porcja 520g)= 605,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6.3 /porcja 520g)= 33,20 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 520g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 520g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6 /porcja 520g)= 65,00 g cukry suma (100g)= 3.1 /porcja 520g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 520g)= 7,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 520g)= 0,90 g	Jogurt naturalny 150g-1szl. (MLE), Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.2 /porcja 280g)= 97,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /porcja 280g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 /porcja 280g)= 14,20 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 280g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 280g)= 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt), Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU Psz), Sałatka z buraczków 150g got. 250 ml Herbata owocowa leśna z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.8 /porcja 1000g)= 818,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 1000g)= 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /porcja 1000g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 1000g)= 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /porcja 1000g)= 110,50 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1000g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 1000g)= 18,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 1000g)= 1,80 g	Jogurt owocowy 1szl-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 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 100g)= 0 g Sól (100g)= .1 /porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Polewica soppoka 40g (SOJ), Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR), Ciasto-plemnik 80g (GLU Psz, JAJ), herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 135.2 /porcja 551g)= 767,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /porcja 551g)= 20,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 551g)= 16,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 551g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.8 /porcja 551g)= 104,40 g cukry suma (100g)= 5.6 /porcja 551g)= 31,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 551g)= 8,80 g Sól (100g)= .5 /porcja 551g)= 2,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 368,50 kcal Białko ogółem 106,70 g Tłuszcz 57,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 308,10 g cukry suma 76,40 g Błonnik pokarmowy 36,70 g Sól 5,50 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 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-26 czwartek 6-z ograniczeniem lakto przyzwiegl(Cukrzykowa)	chleb wielozłazmisty 115g (GLU Ows, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), pasztet drobiowy 1szl-50g (GLU Psz, SOJ), Ser żółty 40g (MLE), ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.9 /porcja 515g)= 552,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /porcja 515g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 6.2 /porcja 515g)= 32,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.7 /porcja 515g)= 14,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.4 /porcja 515g)= 39,10 g cukry suma (100g)= .7 /porcja 515g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /porcja 515g)= 11,70 g Sól (100g)= .4 /porcja 515g)= 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szl. (MLE), Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.2 /porcja 280g)= 97,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /porcja 280g)= 4,40 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.1 /porcja 280g)= 14,20 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 280g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 280g)= 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt), Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE), Kasza gryczana 200g A Sałatka z buraczków 150g got. 250 ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.6 /porcja 1000g)= 855,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /porcja 1000g)= 48,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1000g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /porcja 1000g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /porcja 1000g)= 116,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1000g)= 21,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 1000g)= 15,00 g Sól (100g)= .2 /porcja 1000g)= 1,80 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), masło porcjowane 10g (MLE), Polewica soppoka 40g (SOJ), Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR), Ciasto-plemnik 80g (GLU Psz, JAJ), Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 134.4 /porcja 521g)= 707,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 521g)= 18,30 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 521g)= 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 521g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17.8 /porcja 521g)= 93,70 g cukry suma (100g)= 6.6 /porcja 521g)= 34,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /porcja 521g)= 7,50 g Sól (100g)= .5 /porcja 521g)= 2,60 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt), Chleb żytnio-pszenno-razowa 60g (GLU Psz, GLU Zyt), masło 10g (MLE), Kiełbasa pieczeniowa-wędlina z Indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 180.3 /porcja 140g)= 254,00 kcal Białko ogółem (100g)= 8.2 /porcja 140g)= 11,60 g Tłuszcz (100g)= 8.2 /porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.4 /porcja 140g)= 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.4 /porcja 140g)= 23,10 g cukry suma (100g)= 1.4 /porcja 140g)= 1,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.7 /porcja 140g)= 5,30 g Sól (100g)= .6 /porcja 140g)= 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 477,30 kcal Białko ogółem 105,70 g Tłuszcz 81,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 36,50 g Węglowodny przyswajalne 286,30 g cukry suma 66,60 g Błonnik pokarmowy 41,40 g Sól 7,60 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-12-26 czwartek 3-Laktostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Zyt) twarożek 60g A (MLE) Szynka tostowa z kurczak 60g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Mandarynka 130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 59,3 /porcja 640g)= 620,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /porcja 640g)= 31,80 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 640g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 /porcja 640g)= 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 640g)= 74,40 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 640g)= 15,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 640g)= 9,60 g Sól (100g)= 0,1 /porcja 640g)= 0,80 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt) Schab duszony w wodzie 100g A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74,6 /porcja 1000g)= 745,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1000g)= 37,10 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 1000g)= 12,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,4 /porcja 1000g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,2 /porcja 1000g)= 11,50 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1000g)= 23,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1000g)= 17,80 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1000g)= 1,80 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Zyt) masło porcjowane 10g (MLE) polewiczka sopočka 60g (SOJ) Miód porcjowany 1szt-25g Ciasto-plemnik 60g (GLU Psz, JA, J) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129,7 /porcja 515g)= 682,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 515g)= 22,50 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 515g)= 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 515g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 20,9 /porcja 515g)= 110,10 g cukry suma (100g)= 5,3 /porcja 515g)= 26,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 515g)= 5,90 g Sól (100g)= 0,3 /porcja 515g)= 1,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 048,80 kcal Białko ogółem 91,40 g Tłuszcz 44,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,50 g Węglowodny przyswajalne 296,40 g cukry suma 66,90 g Błonnik pokarmowy 33,30 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 3 z 13

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:45:57

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-12-26 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-12-26 czwartek 4-Laktostrawna z obj.sub.pobudz.wyd.soku żołądek.	Butka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) twarożek 60g A (MLE) Szynka tostowa z kurczak 60g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128,2 /porcja 505g)= 641,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6,3 /porcja 505g)= 31,60 g Tłuszcz (100g)= 5,5 /porcja 505g)= 27,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /porcja 505g)= 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,9 /porcja 505g)= 59,50 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 505g)= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /porcja 505g)= 6,10 g Sól (100g)= 0,4 /porcja 505g)= 1,80 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)= 2,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,9 /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)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, GLU Zyt) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A. (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,8 /porcja 1000g)= 818,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,5 /porcja 1000g)= 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1000g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0,5 /porcja 1000g)= 5,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 1000g)= 110,50 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1000g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1000g)= 18,30 g Sól (100g)= 0,2 /porcja 1000g)= 1,80 g	Mandarynka 130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 33,8 /porcja 130g)= 43,98 kcal Białko ogółem (100g)= 0,5 /porcja 130g)= 0,60 g Tłuszcz (100g)= 0,2 /porcja 130g)= 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 130g)= 0 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7 /porcja 130g)= 9,10 g cukry suma (100g)= 0 /porcja 130g)= 0 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 130g)= 1,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 130g)= 0 g	Butka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) polewiczka sopočka 60g (SOJ) Miód porcjowany 1szt-25g Ciasto-plemnik 60g (GLU Psz, JA, J) herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 133,1 /porcja 500g)= 665,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 500g)= 20,40 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 500g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 500g)= 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 22,2 /porcja 500g)= 110,80 g cukry suma (100g)= 5,5 /porcja 500g)= 27,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0,6 /porcja 500g)= 3,10 g Sól (100g)= 0,5 /porcja 500g)= 2,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 222,80 kcal Białko ogółem 101,40 g Tłuszcz 60,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,40 g Węglowodny przyswajalne 295,00 g cukry suma 72,50 g Błonnik pokarmowy 29,40 g Sól 5,40 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 4 z 13

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-12-18 14:45:57