

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	1-Podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (<i>GLU Ows, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio-pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Skyr jagodowy 150g (<i>MLE.</i>) Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JAJ.</i>) Szynka kostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.9 /(porcja 695g)= 649,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /(porcja 695g) = 39,60 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 695g) = 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 695g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1/(porcja 695g) = 64,90 g cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 695g) = 25,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 695g) = 10,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 695g)= 1,00 g		Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Ryba smażona 100g A (<i>GLU Psz, JAJ, RYB.</i>) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (<i>JAJ, GOR.</i>) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.8 /(porcja 970g)= 878,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 970g) = 32,20 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 970g) = 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 970g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /(porcja 970g)= 123,50 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 970g) = 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2/(porcja 970g) = 21,60 g Sól (100g)= .2/(porcja 970g)= 1,80 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio-pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /(porcja 720g)= 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 720g) = 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1/(porcja 720g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 720g) = 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6/(porcja 720g) = 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 720g) = 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 720g) = 7,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 720g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 086,30 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 72,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 249,70 g cukry suma 72,70 g Błonnik pokarmowy 39,60 g Sól 3,40 g	

2025.06.25r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	2-Laktostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i> ,) Skyr jagodowy 150g (<i>MLE</i> ,) Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JAJ</i> ,) Szynka kostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ</i> ,) Rukola 10g Pomidor sparzony 1szt-50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.1 / (porcja 670g)= 633,70 kcal Białko ogółem (100g)= 6 / (porcja 670g)= 39,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 670g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 670g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 / (porcja 670g)= 73,60 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 670g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 670g)= 5,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 670g)= 0,50 g		Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i> ,) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB</i> ,) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE</i> ,) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owocowe leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.1 / (porcja 1120g)= 801,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 1120g)= 41,60 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1120g)= 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1120g)= 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 / (porcja 1120g)= 116,30 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1120g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1120g)= 21,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1120g)= 0,50 g	Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i> ,) Chleb żytnio-pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i> ,) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i> ,) Twarożek 120g A (<i>MLE</i> ,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 / (porcja 720g)= 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 720g)= 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 720g)= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 720g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 / (porcja 720g)= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 / (porcja 720g)= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 720g)= 7,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 720g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,20 kcal Białko ogółem 105,30 g Tłuszcz 59,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 251,20 g cukry suma 66,70 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 1,60 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 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ</i>) Rukola 10g Pomidor sparzony 1szt-50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 / (porcja 470g) = 373,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 470g) = 19,80 g Tłuszcz (100g)= .5 / (porcja 470g) = 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 / (porcja 470g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.8 / (porcja 470g) = 60,80 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 470g) = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 470g) = 4,10 g Sól (100g)= .4 / (porcja 470g) = 1,70 g	Skryr jagodowy 150g (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 / (porcja 150g) = 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 9.7 / (porcja 150g) = 14,40 g Tłuszcz (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 / (porcja 150g) = 16,50 g cukry suma (100g)= 11.1 / (porcja 150g) = 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Sól (100g)= 0 / (porcja 150g) = g	Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB</i>) Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.1 / (porcja 1100g) = 856,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 1100g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 1100g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 / (porcja 1100g) = 132,30 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1100g) = 17,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1100g) = 26,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.5 / (porcja 300g) = 110,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 300g) = 4,10 g Tłuszcz (100g)= .8 / (porcja 300g) = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 300g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.8 / (porcja 300g) = 17,50 g cukry suma (100g)= 5.7 / (porcja 300g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 300g) = 1,50 g Sól (100g)= 0 / (porcja 300g) = 0,10 g	Bułka pszenna 120g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.2 / (porcja 740g) = 572,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 740g) = 25,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 740g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 / (porcja 740g) = 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 / (porcja 740g) = 83,10 g cukry suma (100g)= 3.3 / (porcja 740g) = 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 740g) = 5,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 740g) = 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 035,40 kcal Białko ogółem 107,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,30 g Węglowodny przyswajalne 310,20 g cukry suma 83,20 g Błonnik pokarmowy 37,50 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPY JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku żółtych.	Bułka pszenna 75g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ</i>) Rukola 10g Pomidor sparzony 1szt-50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.9 / (porcja 455g) = 395,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 455g) = 18,10 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 455g) = 10,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 455g) = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 / (porcja 455g) = 50,20 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 455g) = 8,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 455g) = 3,40 g Sól (100g)= .3 / (porcja 455g) = 1,40 g	Skryr jagodowy 150g (<i>MLE</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 / (porcja 150g) = 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 9.7 / (porcja 150g) = 14,40 g Tłuszcz (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 / (porcja 150g) = 16,50 g cukry suma (100g)= 11.1 / (porcja 150g) = 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Sól (100g)= 0 / (porcja 150g) = g	Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB</i>) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE</i>) Ziemniaki 200g A Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.4 / (porcja 1120g) = 893,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1120g) = 43,90 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1120g) = 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 / (porcja 1120g) = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 / (porcja 1120g) = 135,80 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 1120g) = 19,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 1120g) = 26,40 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1120g) = 0,50 g	Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37.8 / (porcja 150g) = 56,50 kcal Białko ogółem (100g)= .2 / (porcja 150g) = 0,30 g Tłuszcz (100g)= .2 / (porcja 150g) = 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 / (porcja 150g) = 12,40 g cukry suma (100g)= 8.1 / (porcja 150g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 150g) = 1,50 g Sól (100g)= 0 / (porcja 150g) = g	Bułka pszenna 75g (<i>GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.9 / (porcja 705g) = 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 705g) = 22,00 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 705g) = 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 705g) = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 / (porcja 705g) = 62,00 g cukry suma (100g)= 3.1 / (porcja 705g) = 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 705g) = 4,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 705g) = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 010,20 kcal Białko ogółem 98,70 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Węglowodny przyswajalne 276,90 g cukry suma 79,20 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 3,40 g

Wydruk z MAPY JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	12- Papkowiata	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	Skyr jagodowy 150g (MLE.) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.3 /(porcja 650g)= 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 650g)= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 650g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 650g)= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,10 g	Mięso+warzywa+masło+ziem 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 Węglodny 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] 2 113,10 kcal Białko ogółem 134,80 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,50 g Węglodny przyswajalne 238,00 g cukry suma 34,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,60 g		

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	14- Plyma 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.) Skyr jagodowy 150g (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.3 /(porcja 650g)= 541,90 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 650g)= 39,80 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 650g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 650g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 650g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 650g)= 19,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,10 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Plyma (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] 2 168,40 kcal Białko ogółem 134,60 g Tłuszcz 68,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 244,00 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,50 g		

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	chleb wielozłazmisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Skrz jagodowy 150g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g zodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 620,70 kcal Białko ogółem 39,10 g Tłuszcz 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 59,40 g cukry suma 25,50 g Błonnik pokarmowy 12,40 g Sól 1,20 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 942,60 kcal Białko ogółem 40,70 g Tłuszcz 31,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 128,80 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 23,70 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,20 kcal Białko ogółem 24,00 g Tłuszcz 13,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 61,20 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 047,50 kcal Białko ogółem 103,80 g Tłuszcz 65,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,40 g Węglowodny przyswajalne 249,40 g cukry suma 75,30 g Błonnik pokarmowy 43,40 g Sól 3,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidór sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 /porcja 570g = 519,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4,6 /porcja 570g = 25,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 570g = 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 570g = 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 570g = 58,50 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 570g = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 570g = 5,60 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g = 0,50 g	Skrz jagodowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,4 /porcja 150g = 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 9,7 /porcja 150g = 14,40 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g = g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g = g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 150g = 16,50 g cukry suma (100g)= 11,1 /porcja 150g = 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g = g Sól (100g)= 0 /porcja 150g = g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,1 /porcja 1120g = 801,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1120g = 41,60 g Tłuszcz (100g)= 1,9 /porcja 1120g = 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g = 116,30 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1120g = 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g = 21,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g = 0,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 /porcja 150g = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 /porcja 150g = 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 150g = 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /porcja 150g = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,4 /porcja 150g = 5,10 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 150g = 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g = g Sól (100g)= .1 /porcja 150g = 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77,6 /porcja 720g = 554,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /porcja 720g = 23,70 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 720g = 21,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 720g = 10,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,6 /porcja 720g = 61,20 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 720g = 23,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 720g = 7,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 720g = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 052,80 kcal Białko ogółem 109,20 g Tłuszcz 61,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 257,60 g cukry suma 73,20 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sól 1,80 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek 6-z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	chleb wielozłarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyńka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 /porcja 545g)= 50,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /porcja 545g)= 24,80 g Tłuszcz (100g)= 4 /porcja 545g)= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 545g)= 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /porcja 545g)= 38,00 g cukry suma (100g)= .7 /porcja 545g)= 4,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /porcja 545g)= 12,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 545g)= 1,20 g	Skyr naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.3 /porcja 150g)= 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12.1 /porcja 150g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.1 /porcja 150g)= 6,20 g cukry suma (100g)= 4.1 /porcja 150g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /porcja 150g)= 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.6 /porcja 1120g)= 807,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1120g)= 44,40 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 1120g)= 26,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /porcja 1120g)= 109,30 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1120g)= 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /porcja 1120g)= 21,50 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 1,90 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.4 /porcja 720g)= 538,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /porcja 720g)= 24,80 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 720g)= 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 720g)= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /porcja 720g)= 55,10 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 720g)= 18,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 720g)= 8,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 720g)= 0,60 g	Pieczynwo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Golónkowa delikatesow a z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179.2 /porcja 140g)= 252,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7.4 /porcja 140g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 8.2 /porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2 /porcja 140g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.9 /porcja 140g)= 23,90 g cukry suma (100g)= 1.4 /porcja 140g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /porcja 140g)= 4,90 g Sól (100g)= .4 /porcja 140g)= 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 193,90 kcal Białko ogółem 122,40 g Tłuszcz 81,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,70 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 54,30 g Błonnik pokarmowy 46,90 g Sól 4,40 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 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek GL-Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Skyr jagodowy 150g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szyńka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.2 /porcja 685g)= 561,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /porcja 685g)= 31,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 685g)= 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 685g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.5 /porcja 685g)= 56,40 g cukry suma (100g)= 3.9 /porcja 685g)= 26,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /porcja 685g)= 2,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 685g)= 1,40 g		Minestrone z ziemniakami bezglutenowa 300 ml (SEL.) Ryba duszona 100g A b/g (RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A bezglutenowy Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.3 /porcja 1120g)= 914,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /porcja 1120g)= 42,50 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /porcja 1120g)= 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.3 /porcja 1120g)= 125,10 g cukry suma (100g)= 2.3 /porcja 1120g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /porcja 1120g)= 29,60 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,00 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salát z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.6 /porcja 735g)= 518,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 /porcja 735g)= 15,70 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 735g)= 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 735g)= 10,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 /porcja 735g)= 52,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /porcja 735g)= 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 735g)= 3,10 g Sól (100g)= .2 /porcja 735g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 994,60 kcal Białko ogółem 89,70 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,30 g Węglowodny przyswajalne 233,60 g cukry suma 75,90 g Błonnik pokarmowy 34,90 g Sól 4,90 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (<i>JAJ.</i>) Szynka łostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) Rukola 10g Pomidor sparzony 1szt-50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.9 /porcja 520g]= 489,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 /porcja 520g)= 25,20 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /porcja 520g)= 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 520g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /porcja 520g)= 57,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 520g)= 8,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 520g)= 5,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 520g)= 0,50 g		Minestrone z ziemniakami bezglutenowa 300 ml (<i>SEL.</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB.</i>) Sos cytrynowo-koperkowy bezmleczny 120g A Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g Herbata owocowe leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.9 /porcja 1220g)= 974,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 1220g)= 42,00 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 1220g)= 27,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /porcja 1220g)= 144,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /porcja 1220g)= 19,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /porcja 1220g)= 34,50 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 0,70 g	Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.2 /porcja 660g)= 474,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 660g)= 20,90 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 660g)= 15,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 660g)= 3,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /porcja 660g)= 58,10 g cukry suma (100g)= 2.7 /porcja 660g)= 18,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 660g)= 7,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 660g)= 1,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 938,00 kcal Białko ogółem 88,10 g Tłuszcz 57,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,40 g Węglowodny przyswajalne 259,70 g cukry suma 46,00 g Błonnik pokarmowy 46,80 g Sól 2,80 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 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek We - Wegetariańska	chleb żytnio-pszenny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Skyr jagodowy 150g (<i>MLE.</i>) Jajko gotowane 2szt-100g (<i>JAJ.</i>) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.6 /porcja 660g]= 604,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /porcja 660g]= 34,80 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 660g]= 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 660g]= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 /porcja 660g]= 71,90 g cukry suma (100g)= 3.6 /porcja 660g]= 24,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 660g]= 5,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 660g]= 0,30 g		Minestrone z makaronem 300ml A (<i>GLU Psz, SEL.</i>) Ryba duszona 100g A (<i>GLU Psz, RYB.</i>) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (<i>JAJ, GOR.</i>) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.8 /porcja 1120g]= 942,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 1120g]= 40,70 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /porcja 1120g]= 31,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g]= 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /porcja 1120g]= 128,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /porcja 1120g]= 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 1120g]= 23,70 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g]= 1,80 g	Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE.</i>) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.3 /porcja 720g]= 559,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 720g]= 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /porcja 720g]= 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 720g]= 10,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 /porcja 720g]= 61,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /porcja 720g]= 23,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 720g]= 7,30 g Sól (100g)= .1 /porcja 720g]= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 105,80 kcal Białko ogółem 99,60 g Tłuszcz 72,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,70 g Węglowodny przyswajalne 262,00 g cukry suma 73,90 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 2,70 g		

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

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	C1- Dieta podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Syr jagodowy 150g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 649,30 kcal Białko ogółem 39,60 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 64,90 g cukry suma 25,40 g Błonnik pokarmowy 10,70 g Sól 1,00 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba smażona 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR.) Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 878,00 kcal Białko ogółem 32,20 g Tłuszcz 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 123,50 g cukry suma 24,30 g Błonnik pokarmowy 21,60 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 559,00 kcal Białko ogółem 24,10 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 086,30 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 72,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,90 g Węglowodny przyswajalne 249,70 g cukry suma 72,70 g Błonnik pokarmowy 39,60 g Sól 3,40 g

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

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	C2- Dieta Łatwostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Syr jagodowy 150g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g Pomidor sparzony 1szt-50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 633,70 kcal Białko ogółem 39,60 g Tłuszcz 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,30 g Węglowodny przyswajalne 73,60 g cukry suma 25,30 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,50 g		Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 801,50 kcal Białko ogółem 41,60 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 116,30 g cukry suma 18,40 g Błonnik pokarmowy 21,80 g Sól 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 559,00 kcal Białko ogółem 24,10 g Tłuszcz 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,50 g Węglowodny przyswajalne 61,30 g cukry suma 23,00 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 994,20 kcal Białko ogółem 105,30 g Tłuszcz 59,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,70 g Węglowodny przyswajalne 251,20 g cukry suma 66,70 g Błonnik pokarmowy 34,10 g Sól 1,60 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 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 patek	C3-Organizowanie latwoprzyswajalne, według (Cukrzyca walut)	Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 96,00 kcal Białko ogółem 18,00 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,20 g cukry suma 6,20 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL) Ryba duszona 150g A (RYB) Sos cytrynowo-koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Ziemniaki 200g a Surówka coleslaw 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 816,00 kcal Białko ogółem 50,00 g Tłuszcz 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 109,30 g cukry suma 23,60 g Błonnik pokarmowy 21,50 g Sól 1,90 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Twarożek naturalny 200g A (MLE) Mix salát z olejem i marchewka 50g Sok z marchwi 200ml Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 552,80 kcal Białko ogółem 33,30 g Tłuszcz 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 57,80 g cukry suma 21,90 g Błonnik pokarmowy 8,10 g Sól 0,70 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Golónkowa delikatosa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 231,30 kcal Białko ogółem 10,30 g Tłuszcz 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 23,80 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,40 kcal Białko ogółem 145,20 g Tłuszcz 77,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,70 g Węglowodny przyswajalne 235,70 g cukry suma 57,90 g Błonnik pokarmowy 46,90 g Sól 4,70 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 15 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-27 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-06-27 piątek	P1 - Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wielozłazmisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porjowane 10g (MLE.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g rzodkiewka 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 421,00 kcal Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 34,40 g cukry suma 7,70 g Błonnik pokarmowy 6,20 g Sól 0,60 g	Skry jagodowy 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 14,40 g Tłuszcz g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 16,50 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Minestrone z makaronem 300ml A (GLU Psz, SEL.) Kotlet rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB.) Ziemniaki 100g Surówka colesław 100g G Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 583,30 kcal Białko ogółem 18,30 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,70 g Węglowodny przyswajalne 79,00 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 11,30 g Sól 1,00 g	Arbuz 150g Wartość energetyczna[kcal] 28,10 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 6,30 g cukry suma 5,90 g Błonnik pokarmowy 0,20 g Sól g	Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porjowane 10g (MLE.) Twarożek 120g A (MLE.) Mix salát z olejem i marchewka 50g Sok z marchwi 200ml Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 483,40 kcal Białko ogółem 20,80 g Tłuszcz 21,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 47,80 g cukry suma 22,10 g Błonnik pokarmowy 5,20 g Sól 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 638,80 kcal Białko ogółem 75,90 g Tłuszcz 58,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,10 g Węglowodny przyswajalne 184,00 g cukry suma 69,00 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 2,10 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 16 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-06-18 09:48:35

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