

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-10-27 niedziela 1-Podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Ser żółty 60g A (MLE), Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 127.4/(porcja 545g)= 707,80 kcal Białko ogółem (100g)= 5.8 /porcja 545g)= 31,90 g Tłuszcz (100g)= 6.5 /porcja 545g)= 36,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.1/porcja 545g)= 17,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.4 /porcja 545g)= 57,90 g cukry suma (100g)= 3.1 /porcja 545g)= 17,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /porcja 545g)= 14,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 545g)= 1,90 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (MLE), Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR), Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.7 /porcja 1120g)= 863,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 1120g)= 43,60 g Tłuszcz (100g)= 1.5 /porcja 1120g)= 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.5 /porcja 1120g)= 127,50 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 1120g)= 20,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 1120g)= 22,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,40 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatkowa z Indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Dżem porcjowany 1szt-25g Papyka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.7 /porcja 515g)= 461,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 515g)= 18,70 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 515g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 515g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 /porcja 515g)= 61,50 g cukry suma (100g)= 9 /porcja 515g)= 47,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /porcja 515g)= 9,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 515g)= 1,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 032,20 kcal Białko ogółem 94,20 g Tłuszcz 66,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 246,90 g cukry suma 84,60 g Błonnik pokarmowy 47,00 g Sól 4,00 g

Akceptuję
 STARSZY DIETETYK
 mgr Aleksandra Czarniecka
 21.10.24

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-10-27 niedziela 2-Lawostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 120g A (MLE), Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109.6 /porcja 580g)= 644,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 /porcja 580g)= 31,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 580g)= 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /porcja 580g)= 13,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /porcja 580g)= 69,70 g cukry suma (100g)= 3.6 /porcja 580g)= 20,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /porcja 580g)= 9,10 g Sól (100g)= .1 /porcja 580g)= 0,70 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz), Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz), Sos naturalny 120g A (MLE), Ziemniaki 200g a Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.8 /porcja 1120g)= 841,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 1120g)= 40,30 g Tłuszcz (100g)= 1.9 /porcja 1120g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1120g)= 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 /porcja 1120g)= 114,70 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 1120g)= 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 21,90 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,40 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt), Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt), masło porcjowane 10g (MLE), Golonkowa delikatkowa z Indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR), Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.8 /porcja 485g)= 484,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 485g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3.9 /porcja 485g)= 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /porcja 485g)= 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /porcja 485g)= 58,40 g cukry suma (100g)= 9.3 /porcja 485g)= 44,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /porcja 485g)= 8,30 g Sól (100g)= .4 /porcja 485g)= 1,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 971,10 kcal Białko ogółem 89,70 g Tłuszcz 64,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 88,60 g Błonnik pokarmowy 39,30 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela 12- Paprykowiela	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowe 500ml (JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,5 /porcja 500g = 402,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /porcja 500g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4 /porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= .6 /porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Ryż na mle+masło+mieso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.6 /porcja 650g)= 477,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 650g)= 26,60 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /porcja 650g)= 15,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 650g)= 8,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 /porcja 650g)= 58,30 g cukry suma (100g)= 3 /porcja 650g)= 19,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2 /porcja 650g)= 1,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 650g)= 0,50 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 191.9 /porcja 301g)= 581,40 kcal Białko ogółem (100g)= 9.4 /porcja 301g)= 28,40 g Tłuszcz (100g)= 6.7 /porcja 301g)= 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /porcja 301g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 21.5 /porcja 301g)= 65,30 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 301g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5 /porcja 301g)= 15,20 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 drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5 /porcja 500g)= 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 500g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 331,50 kcal Białko ogółem 115,10 g Tłuszcz 84,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,20 g Węglowodny przyswajalne 269,80 g cukry suma 45,00 g Błonnik pokarmowy 25,20 g Sól 1,30 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela 14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,5 /porcja 500g)= 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 500g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Mieso+warzywa+ masło+ziemiaki 500ml Płyna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 151.9 /porcja 301g)= 460,20 kcal Białko ogółem (100g)= 7.5 /porcja 301g)= 22,80 g Tłuszcz (100g)= 5.7 /porcja 301g)= 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /porcja 301g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.2 /porcja 301g)= 49,00 g cukry suma (100g)= .9 /porcja 301g)= 2,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.4 /porcja 301g)= 10,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 301g)= 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	zupa warzywna +ryż+masło+mieso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89,5 /porcja 500g)= 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /porcja 500g)= 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 500g)= 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 201,00 kcal Białko ogółem 102,00 g Tłuszcz 81,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 257,60 g cukry suma 36,60 g Błonnik pokarmowy 20,40 g Sól 1,10 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela 6-z ograniczeniem łatwo przysw. wegl.(Cukrzykowe)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.5 /porcja 545g)= 547,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /porcja 545g)= 23,40 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /porcja 545g)= 30,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 /porcja 545g)= 14,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7 /porcja 545g)= 38,70 g cukry suma (100g)= 1.1 /porcja 545g)= 5,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 545g)= 12,80 g Sól (100g)= .3 /porcja 545g)= 1,80 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jecz.) Sos naturalny 120g A (MLE.) Ziemniaki 200g a Surowka kopeńkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68 /porcja 1120g)= 755,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /porcja 1120g)= 35,40 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 1120g)= 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /porcja 1120g)= 101,40 g cukry suma (100g)= 5 /porcja 1120g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /porcja 1120g)= 22,20 g Sól (100g)= 0 /porcja 1120g)= 0,30 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jecz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Papryka świeża 80g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79.7 /porcja 490g)= 396,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 /porcja 490g)= 19,40 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /porcja 490g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 490g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /porcja 490g)= 45,30 g cukry suma (100g)= 1.2 /porcja 490g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /porcja 490g)= 7,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 490g)= 1,70 g	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Szynka losowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mik salat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 180.2 /porcja 140g)= 253,70 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)= 4.2 /porcja 140g)= 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.5 /porcja 140g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1.3 /porcja 140g)= 1,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /porcja 140g)= 5,00 g Sól (100g)= .6 /porcja 140g)= 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 008,50 kcal Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 76,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,20 g Węglowodny przyswajalne 213,70 g cukry suma 24,00 g Błonnik pokarmowy 47,70 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-10-27 niedziela GL-Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.2 /porcja 535g)= 485,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 535g)= 15,70 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /porcja 535g)= 28,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.9 /porcja 535g)= 14,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /porcja 535g)= 40,60 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 535g)= 11,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 535g)= 2,50 g Sól (100g)= .4 /porcja 535g)= 2,10 g		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenu a Pieczeń rzymska wleprzowa pieczona 100g bez glutenu a (JAJ.) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Surowka kopeńkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.8 /porcja 1220g)= 1 059,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 1220g)= 36,30 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /porcja 1220g)= 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1220g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.2 /porcja 1220g)= 153,00 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1220g)= 25,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 /porcja 1220g)= 34,20 g Sól (100g)= .1 /porcja 1220g)= 0,90 g			chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Papryka świeża 80g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka 1 kurczaka grubo rozdrobniona 80g Dżem porcjowany 1szt-25g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.6 /porcja 550g)= 448,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /porcja 550g)= 15,50 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /porcja 550g)= 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 550g)= 7,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /porcja 550g)= 51,80 g cukry suma (100g)= 8.8 /porcja 550g)= 48,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 550g)= 5,40 g Sól (100g)= .5 /porcja 550g)= 2,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 992,90 kcal Białko ogółem 69,50 g Tłuszcz 76,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,50 g Węglowodny przyswajalne 245,40 g cukry suma 85,20 g Błonnik pokarmowy 42,10 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela C1- Dieta podstawowa	Chleb wieloziarnisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 707,80 kcal Białko ogółem 31,90 g Tłuszcz 36,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 17,00 g Błonnik pokarmowy 14,40 g Sól 1,90 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 863,10 kcal Białko ogółem 43,60 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,70 g Węglowodny przyswajalne 127,50 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 461,90 kcal Białko ogółem 18,70 g Tłuszcz 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 61,50 g cukry suma 47,50 g Błonnik pokarmowy 9,70 g Sól 1,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 032,20 kcal Białko ogółem 94,20 g Tłuszcz 66,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 246,90 g cukry suma 84,60 g Błonnik pokarmowy 47,00 g Sól 4,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela C2- Dieta Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 644,70 kcal Białko ogółem 31,60 g Tłuszcz 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,10 g Węglowodny przyswajalne 69,70 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 9,10 g Sól 0,70 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 300g A Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 948,30 kcal Białko ogółem 43,00 g Tłuszcz 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 137,20 g cukry suma 24,60 g Błonnik pokarmowy 27,20 g Sól 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 484,60 kcal Białko ogółem 17,80 g Tłuszcz 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 58,40 g cukry suma 44,40 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 1,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 077,60 kcal Białko ogółem 92,40 g Tłuszcz 64,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 265,30 g cukry suma 89,90 g Błonnik pokarmowy 44,60 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela C8-Ograniczenie jadu przys. węgiel (Cukrzyca w stadium)	chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 80g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 586,20 kcal Białko ogółem 27,80 g Tłuszcz 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,00 g Węglowodny przyswajalne 38,60 g cukry suma 5,80 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 2,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 54,00 kcal Białko ogółem 3,80 g Tłuszcz 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 5,10 g cukry suma 5,10 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, MLE) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 150g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 038,00 kcal Białko ogółem 72,50 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,90 g Węglowodny przyswajalne 134,80 g cukry suma 6,00 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 0,60 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatniejsza z indyka 80g (GLU Psz, SEL, GOR) Papryka świeża 80g Jogurt z owocami bez cukru 1szt- 150g (MLE) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 476,50 kcal Białko ogółem 26,50 g Tłuszcz 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 50,80 g cukry suma 10,70 g Błonnik pokarmowy 10,70 g Sól 2,30 g	Pieczyno żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Masło roślinne rama 10g Szynka łosiowa z kurcząt 40g (SOJ) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] 276,10 kcal Białko ogółem 11,40 g Tłuszcz 14,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 1,80 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 430,80 kcal Białko ogółem 142,00 g Tłuszcz 81,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 252,30 g cukry suma 29,40 g Błonnik pokarmowy 61,40 g Sól 6,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-27 niedziela P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 602,50 kcal Białko ogółem 28,60 g Tłuszcz 33,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,20 g Węglowodny przyswajalne 43,90 g cukry suma 15,80 g Błonnik pokarmowy 9,90 g Sól 1,50 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 123,00 kcal Białko ogółem 4,20 g Tłuszcz 3,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 18,00 g cukry suma 18,00 g Błonnik pokarmowy g Sól g	Krupnik 300 ml A (GLU Psz, MLE) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 100g Surówka koperkowa 100g G (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 676,40 kcal Białko ogółem 33,80 g Tłuszcz 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalne 88,50 g cukry suma 17,90 g Błonnik pokarmowy 12,40 g Sól 0,60 g	Jabiko 150g Wartość energetyczna[kcal] 54,80 kcal Białko ogółem 0,40 g Tłuszcz 0,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 11,70 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól g	Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatniejsza z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt-25g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 385,70 kcal Białko ogółem 15,40 g Tłuszcz 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 48,00 g cukry suma 46,60 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 1,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 842,40 kcal Białko ogółem 82,40 g Tłuszcz 69,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,30 g Węglowodny przyswajalne 209,50 g cukry suma 108,90 g Błonnik pokarmowy 32,10 g Sól 3,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-10-27 niedziela ML - Bezmleczna	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91,6 /porcja 525g]= 483,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 /porcja 525g]= 20,20 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 525g]= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 525g]= 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 525g]= 58,20 g cukry suma (100g)= 1,9 /porcja 525g]= 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 525g]= 5,60 g Sól (100g)= .1 /porcja 525g]= 0,50 g</p>		<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 100g bez glutenowa (JAJ.) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71,9 /porcja 1220g]= 898,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8 /porcja 1220g]= 34,40 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /porcja 1220g]= 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1220g]= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1220g]= 131,20 g cukry suma (100g)= 2 /porcja 1220g]= 24,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /porcja 1220g]= 27,80 g Sól (100g)= 0 /porcja 1220g]= 0,30 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,6 /porcja 490g]= 517,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 490g]= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 4,4 /porcja 490g]= 22,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 490g]= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /porcja 490g]= 58,40 g cukry suma (100g)= 8,9 /porcja 490g]= 44,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 490g]= 8,30 g Sól (100g)= .3 /porcja 490g]= 1,70 g</p>			<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 899,60 kcal Białko ogółem 72,40 g Tłuszcz 62,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,30 g Węglowodny przyswajalne 247,80 g cukry suma 79,10 g Błonnik pokarmowy 41,70 g Sól 2,50 g</p>

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 11 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-10-21 13:11:30

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-10-27 niedziela We - Wegetariańska	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 130,9 /porcja 520g]= 688,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /porcja 520g]= 31,90 g Tłuszcz (100g)= 6,1 /porcja 520g]= 31,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /porcja 520g]= 17,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /porcja 520g]= 65,80 g cukry suma (100g)= 3,1 /porcja 520g]= 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /porcja 520g]= 9,00 g Sól (100g)= .3 /porcja 520g]= 1,30 g</p>		<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Jajko sadzone 2szt (JAJ.) Ziemniaki 300g A Sunówka koperkowa 150g A (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,6 /porcja 1100g]= 839,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2,9 /porcja 1100g]= 32,60 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 1100g]= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 /porcja 1100g]= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /porcja 1100g]= 136,20 g cukry suma (100g)= 1,8 /porcja 1100g]= 20,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g]= 26,70 g Sól (100g)= 0 /porcja 1100g]= 0,30 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87,7 /porcja 515g]= 461,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 515g]= 18,70 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /porcja 515g]= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 515g]= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /porcja 515g]= 61,50 g cukry suma (100g)= 9 /porcja 515g]= 47,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 515g]= 9,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 515g]= 1,70 g</p>			<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 989,90 kcal Białko ogółem 83,20 g Tłuszcz 59,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 263,50 g cukry suma 83,90 g Błonnik pokarmowy 45,40 g Sól 3,30 g</p>

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.f3

strona 12 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-10-21 13:11:30

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-27 niedziela 7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych (serwowa)	chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 690,00 kcal Białko ogółem 31,20 g Tłuszcz 34,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,50 g Węglowodny przyswajalne 56,30 g cukry suma 22,00 g Błonnik pokarmowy 16,30 g Sól 1,40 g		Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JA, SO, J, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a Surowka koperkowa 150g A (JA, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 863,10 kcal Białko ogółem 43,60 g Tłuszcz 16,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,70 g Węglowodny przyswajalne 127,50 g cukry suma 20,10 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sól 0,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Papryka świeża 80g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 494,50 kcal Białko ogółem 18,70 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 61,50 g cukry suma 47,50 g Błonnik pokarmowy 9,70 g Sól 1,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 047,60 kcal Białko ogółem 93,50 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 245,30 g cukry suma 89,60 g Błonnik pokarmowy 48,90 g Sól 3,50 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-27 niedziela 9-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,7/(porcja 580g) = 510,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2/(porcja 580g) = 24,50 g Tłuszcz (100g)= 3,1/(porcja 580g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8/(porcja 580g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8/(porcja 580g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 1,9/(porcja 580g) = 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 580g) = 6,00 g Sól (100g)= .1/(porcja 580g) = 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) = 3,60 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	Krupnik 300 ml A (GLU Psz.) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JA, SO, J, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,8/(porcja 1120g) = 84,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6/(porcja 1120g) = 40,80 g Tłuszcz (100g)= 1,9/(porcja 1120g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3/(porcja 1120g) = 114,70 g cukry suma (100g)= 2,1/(porcja 1120g) = 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 1120g) = 21,90 g Sól (100g)= 0/(porcja 1120g) = 0,40 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,4/(porcja 150g) = 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,8/(porcja 150g) = 4,20 g Tłuszcz (100g)= 2,5/(porcja 150g) = 3,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 150g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1/(porcja 150g) = 18,00 g cukry suma (100g)= 12,1/(porcja 150g) = 18,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0/(porcja 150g) = g Sól (100g)= 0/(porcja 150g) = g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8/(porcja 485g) = 494,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7/(porcja 485g) = 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3,9/(porcja 485g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5/(porcja 485g) = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3/(porcja 485g) = 58,40 g cukry suma (100g)= 9,3/(porcja 485g) = 44,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 485g) = 8,30 g Sól (100g)= .4/(porcja 485g) = 1,70 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 013,60 kcal Białko ogółem 90,60 g Tłuszcz 63,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,80 g Węglowodny przyswajalne 254,00 g cukry suma 102,00 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.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-10-27 niedziela 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Młód porcjowany 1szt:25g Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.4 / (porcja 595g) = 649,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 / (porcja 595g) = 31,60 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 595g) = 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 595g) = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15,2 / (porcja 595g) = 89,50 g cukry suma (100g)= 3,6 / (porcja 595g) = 21,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 595g) = 9,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 595g) = 0,70 g</p>		<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz,) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JA, SO, J, GLU Jęcz.) Ziemniaki 200g a Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76,4 / (porcja 1000g) = 763,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1000g) = 39,90 g Tłuszcz (100g)= 1,3 / (porcja 1000g) = 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 1000g) = 114,00 g cukry suma (100g)= 2,3 / (porcja 1000g) = 22,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 / (porcja 1000g) = 21,70 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1000g) = 0,40 g</p>			<p>Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Dżem porcjowany 1szt:25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101,8 / (porcja 485g) = 484,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 / (porcja 485g) = 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3,9 / (porcja 485g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 485g) = 7,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 / (porcja 485g) = 58,40 g cukry suma (100g)= 9,3 / (porcja 485g) = 44,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 / (porcja 485g) = 8,30 g Sól (100g)= .4 / (porcja 485g) = 1,70 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 898,20 kcal Białko ogółem 89,30 g Tłuszcz 47,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,30 g Węglowodny przyswajalne 261,90 g cukry suma 88,30 g Błonnik pokarmowy 39,10 g Sól 2,80 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 2024-10-27 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-10-27 niedziela 4-Latwostrawna z ogranicz. pobudz. wyf. soku żołądk.	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SO, J, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107,8 / (porcja 565g) = 598,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 / (porcja 565g) = 29,90 g Tłuszcz (100g)= 4,3 / (porcja 565g) = 24,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 565g) = 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,4 / (porcja 565g) = 63,10 g cukry suma (100g)= 3,7 / (porcja 565g) = 20,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 / (porcja 565g) = 7,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 565g) = 1,60 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g-1szl. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36,2 / (porcja 150g) = 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 150g) = 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1,3 / (porcja 150g) = 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 150g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3,4 / (porcja 150g) = 5,10 g cukry suma (100g)= 3,4 / (porcja 150g) = 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 / (porcja 150g) = g Sól (100g)= .1 / (porcja 150g) = 0,10 g</p>	<p>Krupnik 300 ml A (GLU Psz,) Pieczeń rzymska pieczona 100g (GLU Psz, JA, SO, J, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (MLE) Ziemniaki 200g a Kalafor duszony z ziołami 150g A Herbata malinowa a 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,8 / (porcja 1120g) = 841,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 / (porcja 1120g) = 40,30 g Tłuszcz (100g)= 1,9 / (porcja 1120g) = 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1120g) = 2,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,3 / (porcja 1120g) = 114,70 g cukry suma (100g)= 2,1 / (porcja 1120g) = 23,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1120g) = 21,90 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1120g) = 0,40 g</p>	<p>Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 37,8 / (porcja 150g) = 56,60 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</p>	<p>Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SO, J, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,6 / (porcja 445g) = 425,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 445g) = 15,70 g Tłuszcz (100g)= 3,9 / (porcja 445g) = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 / (porcja 445g) = 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 / (porcja 445g) = 49,10 g cukry suma (100g)= 1,5 / (porcja 445g) = 7,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 445g) = 2,70 g Sól (100g)= .6 / (porcja 445g) = 2,50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 976,70 kcal Białko ogółem 90,00 g Tłuszcz 65,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 244,40 g cukry suma 68,20 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 4,60 g</p>	

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