

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	1-Podstawowa	Chleb wielozłazisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędłina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Jabłko 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.3 /(porcja 655g)= 622,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 655g) = 29,40 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 655g) = 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 655g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 /(porcja 655g) = 63,00 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 655g) = 23,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 655g) = 12,20 g Sól (100g)= .3 /(porcja 655g) = 2,20 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR,) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.1 /(porcja 1100g) = 1 012,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1100g) = 42,60 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 1100g) = 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1100g) = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /(porcja 1100g) = 141,10 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 1100g) = 23,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1100g) = 23,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g) = 1,40 g		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,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.3 /(porcja 530g) = 586,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 530g) = 19,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 530g) = 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 530g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 530g) = 62,80 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 530g) = 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 530g) = 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g) = 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 220,20 kcal Białko ogółem 91,50 g Tłuszcz 68,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 266,90 g cukry suma 57,90 g Błonnik pokarmowy 43,80 g Sól 5,90 g	

08.08.25. sklep

STARSZY DIETETYK

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	2-Latwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Jabłko gotowane 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.8 /(porcja 630g)= 604,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 630g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 630g)= 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 630g)= 11,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 /(porcja 630g)= 72,30 g cukry suma (100g)= 3.8 /(porcja 630g)= 23,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 630g)= 6,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 630g)= 1,70 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL,) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.9 /(porcja 1100g)= 987,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1100g)= 42,40 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /(porcja 1100g)= 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 1100g)= 120,90 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1100g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,50 g		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,) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.3 /(porcja 530g)= 586,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 530g)= 19,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 530g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 530g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 530g)= 62,80 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 530g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 530g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 530g)= 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,20 kcal Białko ogółem 91,10 g Tłuszcz 68,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,20 g Węglowodny przyswajalne 256,00 g cukry suma 54,20 g Błonnik pokarmowy 40,80 g Sól 4,50 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-08-30 sobota	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100,9 /porcja 480g)= 480,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6,1 /porcja 480g)= 29,00 g Tłuszcz (100g)= 2,4 /porcja 480g)= 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /porcja 480g)= 5,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 /porcja 480g)= 63,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 480g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 480g)= 3,60 g Sól (100g)= .6 /porcja 480g)= 2,90 g	Jabłko gotowane 150g Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78,3 /porcja 1100g)= 870,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1100g)= 42,40 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1100g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 /porcja 1100g)= 120,90 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g)= 0,50 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	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 /porcja 460g)= 403,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 460g)= 17,50 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /porcja 460g)= 9,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 460g)= 1,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 460g)= 59,60 g cukry suma (100g)= 1,6 /porcja 460g)= 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 460g)= 3,40 g Sól (100g)= .5 /porcja 460g)= 2,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 960,90 kcal Białko ogółem 111,00 g Tłuszcz 41,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,90 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 61,90 g Błonnik pokarmowy 34,90 g Sól 5,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

strona 3 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-08-30 sobota	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku żołądk.	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110,6 /porcja 465g)= 502,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 465g)= 27,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3 /porcja 465g)= 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 465g)= 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /porcja 465g)= 53,30 g cukry suma (100g)= 2,6 /porcja 465g)= 11,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 /porcja 465g)= 2,90 g Sól (100g)= .6 /porcja 465g)= 2,60 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,9 /porcja 1100g)= 987,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /porcja 1100g)= 42,40 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 1100g)= 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1100g)= 4,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,9 /porcja 1100g)= 120,90 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 1100g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /porcja 1100g)= 26,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g)= 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	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Mix salat 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)= .4 /porcja 445g)= 1,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 025,90 kcal Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 70,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,50 g Węglowodny przyswajalne 240,80 g cukry suma 54,90 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 5,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

strona 4 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+zi emniaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62.9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 037,80 kcal Białko ogółem 115,40 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,60 g Węglowodny przyswajalne 234,90 g cukry suma 20,70 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,70 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowai)	chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Jabłko 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 593,50 kcal Białko ogółem 28,90 g Tłuszcz 24,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g Węglowodny przyswajalne 57,60 g cukry suma 23,50 g Błonnik pokarmowy 13,90 g Sól 2,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 012,10 kcal Białko ogółem 42,60 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 141,10 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 1,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 539,70 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,20 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 145,30 kcal Białko ogółem 88,10 g Tłuszcz 64,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,20 g Węglowodny przyswajalne 260,90 g cukry suma 57,90 g Błonnik pokarmowy 45,50 g Sól 5,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota 9- Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118,3 /(porcja 540g)= 622,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6,9 /(porcja 540g)= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 4,6 /(porcja 540g)= 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 540g)= 13,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,7 /(porcja 540g)= 61,40 g cukry suma (100g)= 2,7 /(porcja 540g)= 14,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 540g)= 4,50 g Sól (100g)= .3 /(porcja 540g)= 1,60 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) 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	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,2 /(porcja 1100g)= 924,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 1100g)= 41,70 g Tłuszcz (100g)= 2,3 /(porcja 1100g)= 25,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 /(porcja 1100g)= 117,40 g cukry suma (100g)= 1,7 /(porcja 1100g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1100g)= 26,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 0,50 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /(porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /(porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /(porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /(porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 100g)= 0 Sól (100g)= .1 /(porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 112,3 /(porcja 510g)= 561,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 510g)= 16,70 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /(porcja 510g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /(porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 510g)= 11,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 297,50 kcal Białko ogółem 102,10 g Tłuszcz 69,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,40 g Węglowodny przyswajalne 271,50 g cukry suma 61,90 g Błonnik pokarmowy 40,50 g Sól 4,40 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota 6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.3 /(porcja 505g)= 486,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /(porcja 505g)= 24,90 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /(porcja 505g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 505g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 505g)= 39,10 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 505g)= 5,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /(porcja 505g)= 11,60 g Sól (100g)= .5 /(porcja 505g)= 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 35.9 /(porcja 300g)= 108,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 300g)= 4,20 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 300g)= 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.3 /(porcja 300g)= 16,20 g cukry suma (100g)= 5.2 /(porcja 300g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /(porcja 1100g)= 979,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1100g)= 42,70 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 1100g)= 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4 /(porcja 1100g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /(porcja 1100g)= 132,60 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1100g)= 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 1100g)= 23,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 1,40 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108.1 /(porcja 510g)= 540,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 510g)= 17,40 g Tłuszcz (100g)= 3.1 /(porcja 510g)= 15,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 510g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 510g)= 56,10 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 510g)= 6,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 510g)= 9,20 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,20 g	Pieczynko żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 30g (MLE.) Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 212.3 /(porcja 120g)= 255,70 kcal Białko ogółem (100g)= 12.7 /(porcja 120g)= 15,30 g Tłuszcz (100g)= 8.8 /(porcja 120g)= 10,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 6.2 /(porcja 120g)= 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.9 /(porcja 120g)= 23,90 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 120g)= 2,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.4 /(porcja 120g)= 5,30 g Sól (100g)= .5 /(porcja 120g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 371,00 kcal Białko ogółem 104,50 g Tłuszcz 78,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,30 g Węglowodny przyswajalne 267,90 g cukry suma 48,80 g Błonnik pokarmowy 51,50 g Sól 6,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Twarożek 120g A (MLE.) Rukola 10g Jabłko 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.5 /(porcja 705g)= 553,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 705g)= 25,10 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 705g)= 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 705g)= 11,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.5 /(porcja 705g)= 53,50 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 705g)= 24,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 705g)= 3,60 g Sól (100g)= .4 /(porcja 705g)= 2,50 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutenowy, bezmleczny 200g A (SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.9 /(porcja 1100g)= 1 076,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 1100g)= 48,10 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 1100g)= 29,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1100g)= 3,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 /(porcja 1100g)= 143,10 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1100g)= 22,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 /(porcja 1100g)= 28,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 1,40 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.5 /(porcja 525g)= 523,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 525g)= 9,50 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 525g)= 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 525g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 525g)= 52,80 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 525g)= 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 525g)= 4,10 g Sól (100g)= .5 /(porcja 525g)= 2,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 153,50 kcal Białko ogółem 82,70 g Tłuszcz 73,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,00 g Węglowodny przyswajalne 249,40 g cukry suma 59,70 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 6,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-08-06 08:00:50

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	ML- Bezmleczna	Herbata z cukrem 250ml A chleb żytnio-pszenzny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.5 /(porcja 570g)= 464,10 kcal Biało ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 570g)= 19,60 g Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 570g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 570g)= 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /(porcja 570g)= 67,30 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 570g)= 19,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /(porcja 570g)= 5,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 570g)= 1,40 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Gulasz drobiowy z pomidorami bezglutnowy, bezmleczny 200g A (<i>SEL,</i>) Kasza jęczmienna 250g A (<i>GLU Psz,</i>) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89 /(porcja 1150g)= 988,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 1150g)= 38,80 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 1150g)= 40,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1150g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 /(porcja 1150g)= 103,50 g cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 1150g)= 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1150g)= 24,80 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1150g)= 1,00 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) Chleb żytnio- pszenzny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR,</i>) Salatka jarzynowa 120g A (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.9 /(porcja 510g)= 539,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 510g)= 13,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 510g)= 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 /(porcja 510g)= 62,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 510g)= 11,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 992,60 kcal Białko ogółem 75,00 g Tłuszcz 65,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 233,00 g cukry suma 48,00 g Błonnik pokarmowy 39,10 g Sól 4,50 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	We- Wegetariańska	chleb żytnio-pszenzny 90g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Twarożek 120g A (<i>MLE,</i>) Miód porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Jabłko 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (<i>GLU Psz, MLE,</i>) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.2 /(porcja 655g)= 681,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 655g)= 26,70 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 655g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 655g)= 12,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7 /(porcja 655g)= 91,60 g cukry suma (100g)= 3.8 /(porcja 655g)= 25,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 655g)= 6,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 655g)= 0,60 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, SEL,</i>) Gulasz warzywny 200g (<i>GLU Psz,</i>) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (<i>JAJ, GOR,</i>) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.2 /(porcja 1100g)= 947,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 1100g)= 26,50 g Tłuszcz (100g)= 2.3 /(porcja 1100g)= 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1100g)= 2,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 /(porcja 1100g)= 143,20 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 1100g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1100g)= 24,90 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1100g)= 1,40 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,</i>) Chleb żytnio- pszenzny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt,</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE,</i>) Salatka jarzynowa 150g (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>) Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.5 /(porcja 650g)= 610,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 650g)= 12,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g)= 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 650g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.2 /(porcja 650g)= 74,90 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 650g)= 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 650g)= 11,10 g Sól (100g)= .3 /(porcja 650g)= 2,00 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 238,30 kcal Białko ogółem 65,70 g Tłuszcz 60,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,00 g Węglowodny przyswajalne 309,70 g cukry suma 72,30 g Błonnik pokarmowy 42,70 g Sól 4,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	C1- Dieta podstawowa	Chleb wielozłazmisty 85g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenmy 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Jabłko 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 622,10 kcal Białko ogółem 29,40 g Tłuszcz 25,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 63,00 g cukry suma 23,40 g Błonnik pokarmowy 12,20 g Sól 2,20 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 012,10 kcal Białko ogółem 42,60 g Tłuszcz 26,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 141,10 g cukry suma 23,20 g Błonnik pokarmowy 23,20 g Sól 1,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenmy 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,40 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 195,60 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 67,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 266,30 g cukry suma 57,90 g Błonnik pokarmowy 43,80 g Sól 5,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-30 sobota	C2- Dieta Latiostrawna	chleb żytnio-pszenmy 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE) Rukola 10g Jabłko gotowane 150g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Wartość energetyczna[kcal] 604,80 kcal Białko ogółem 29,20 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,20 g Węglowodny przyswajalne 72,30 g cukry suma 23,90 g Błonnik pokarmowy 6,00 g Sól 1,70 g		Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz) Marchew baby z pietruszką i olejem 150g A Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 140,80 kcal Białko ogółem 44,80 g Tłuszcz 41,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,80 g Węglowodny przyswajalne 131,90 g cukry suma 19,20 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 0,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenmy 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 561,40 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 62,20 g cukry suma 11,30 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 307,00 kcal Białko ogółem 90,70 g Tłuszcz 77,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 54,40 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sól 4,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-08-30 sobota	C3-Organizowanie łatw.przys. węglo(CukrzycowaMałki)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		chleb wieloziarnisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 489,90 kcal Białko ogółem 28,20 g Tłuszcz 21,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 39,30 g cukry suma 5,50 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 2,70 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Jabiko 150g Wartość energetyczna[kcal] 108,80 kcal Białko ogółem 4,20 g Tłuszcz 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 16,20 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól 0,10 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Surówka wiejska 150g G (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1 016,80 kcal Białko ogółem 68,80 g Tłuszcz 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,40 g Węglowodny przyswajalne 136,00 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 23,60 g Sól 1,60 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 518,90 kcal Białko ogółem 17,30 g Tłuszcz 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,50 g Węglowodny przyswajalne 56,00 g cukry suma 6,60 g Błonnik pokarmowy 9,20 g Sól 2,20 g	Pieczczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Ser żółty 60g A (MLE.) Papryka świeża 30g Wartość energetyczna[kcal] 316,50 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 15,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 24,20 g cukry suma 2,90 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 450,90 kcal Białko ogółem 139,00 g Tłuszcz 70,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,40 g Węglowodny przyswajalne 271,70 g cukry suma 49,70 g Błonnik pokarmowy 51,90 g Sól 7,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-08-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-08-30 sobota	P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Chleb wieloziarnisty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g twarożek 60g A (MLE.) Rukola 10g Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 462,00 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 21,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,90 g Węglowodny przyswajalne 38,00 g cukry suma 11,50 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,80 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 11,10 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,20 g Sól g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, SEL.) Gulasz drobiowy z pomidorami 200g A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza gryczana gotowana 100g Surówka wiejska 100g G (JAJ, GOR.) Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 744,60 kcal Białko ogółem 35,30 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,40 g Węglowodny przyswajalne 97,60 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 16,80 g Sól 0,80 g	Skyr 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	Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (GLU Psz, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa 60g G (JAJ, SEL, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 393,10 kcal Białko ogółem 11,90 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 42,70 g cukry suma 8,10 g Błonnik pokarmowy 4,00 g Sól 1,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 777,50 kcal Białko ogółem 87,70 g Tłuszcz 56,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,30 g Węglowodny przyswajalne 205,90 g cukry suma 63,50 g Błonnik pokarmowy 28,50 g Sól 3,90 g