

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	1-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120,5/(porcja 660g) = 803,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7/(porcja 660g) = 37,70 g Tłuszcz (100g)= 4,3/(porcja 660g) = 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9/(porcja 660g) = 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3/(porcja 660g) = 95,40 g cukry suma (100g)= 5/(porcja 660g) = 33,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 660g) = 11,60 g Sól (100g)= .2/(porcja 660g) = 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75,6/(porcja 1120g) = 840,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4/(porcja 1120g) = 44,90 g Tłuszcz (100g)= 1,2/(porcja 1120g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1120g) = 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,4/(porcja 1120g) = 137,80 g cukry suma (100g)= 2,7/(porcja 1120g) = 29,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9/(porcja 1120g) = 20,80 g Sól (100g)= .3/(porcja 1120g) = 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93,7/(porcja 485g) = 446,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2/(porcja 485g) = 19,90 g Tłuszcz (100g)= 2,8/(porcja 485g) = 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5/(porcja 485g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3/(porcja 485g) = 58,40 g cukry suma (100g)= 9,4/(porcja 485g) = 44,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8/(porcja 485g) = 8,50 g Sól (100g)= .3/(porcja 485g) = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 089,60 kcal Białko ogółem 102,50 g Tłuszcz 55,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,60 g Węglowodny przyswajalne 291,60 g cukry suma 107,80 g Błonnik pokarmowy 40,90 g Sól 5,60 g

2025-10-30 21.10.25r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	2-Latwostrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120,5/(porcja 660g) = 803,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,7/(porcja 660g) = 37,70 g Tłuszcz (100g)= 4,3/(porcja 660g) = 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9/(porcja 660g) = 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3/(porcja 660g) = 95,40 g cukry suma (100g)= 5/(porcja 660g) = 33,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,7/(porcja 660g) = 11,60 g Sól (100g)= .2/(porcja 660g) = 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,2/(porcja 921g) = 774,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8/(porcja 921g) = 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,3/(porcja 921g) = 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 921g) = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1/(porcja 921g) = 118,70 g cukry suma (100g)= 3,3/(porcja 921g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5/(porcja 921g) = 13,60 g Sól (100g)= .3/(porcja 921g) = 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,4/(porcja 445g) = 442,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3/(porcja 445g) = 19,70 g Tłuszcz (100g)= 2,9/(porcja 445g) = 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 445g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7/(porcja 445g) = 57,70 g cukry suma (100g)= 9,7/(porcja 445g) = 44,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9/(porcja 445g) = 8,40 g Sól (100g)= .3/(porcja 445g) = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 020,50 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 53,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,20 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 107,20 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 5,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 124 /porcja 520g)= 652,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6.9 /porcja 520g)= 36,40 g Tłuszcz (100g)= 3.7 /porcja 520g)= 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /porcja 520g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.4 /porcja 520g)= 81,20 g cukry suma (100g)= 3.3 /porcja 520g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /porcja 520g)= 7,60 g Sól (100g)= 4 /porcja 520g)= 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 /porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 /porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Ziemniaki 300g A Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.1 /porcja 1100g)= 756,80 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /porcja 1100g)= 44,00 g Tłuszcz (100g)= .6 /porcja 1100g)= 6,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /porcja 1100g)= 0,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.1 /porcja 1100g)= 123,20 g cukry suma (100g)= 2.6 /porcja 1100g)= 29,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /porcja 1100g)= 26,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1100g)= 2,30 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.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.8 /porcja 420g)= 361,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /porcja 420g)= 19,40 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /porcja 420g)= 4,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 420g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /porcja 420g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1.8 /porcja 420g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 420g)= 3,50 g Sól (100g)= .6 /porcja 420g)= 2,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 000,10 kcal Białko ogółem 122,40 g Tłuszcz 33,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,10 g Węglowodny przyswajalne 292,60 g cukry suma 80,80 g Błonnik pokarmowy 39,40 g Sól 7,00 g	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku zołądk.	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)= 5,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,5 /porcja 505g)= 12,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,1 /porcja 505g)= 70,70 g cukry suma (100g)= 3,4 /porcja 505g)= 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 505g)= 6,90 g Sól (100g)= .3 /porcja 505g)= 1,50 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,2 /porcja 921g)= 774,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /porcja 921g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 921g)= 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 921g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 921g)= 118,70 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 921g)= 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 921g)= 13,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 921g)= 2,80 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 61,2 /porcja 130g)= 79,40 kcal Białko ogółem (100g)= .6 /porcja 130g)= 0,80 g Tłuszcz (100g)= .2 /porcja 130g)= 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /porcja 130g)= 0,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,7 /porcja 130g)= 17,90 g cukry suma (100g)= 12,1 /porcja 130g)= 15,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 130g)= 1,40 g Sól (100g)= 0 /porcja 130g)= g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95,9 /porcja 405g)= 383,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /porcja 405g)= 17,70 g Tłuszcz (100g)= 3,2 /porcja 405g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,8 /porcja 405g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,1 /porcja 405g)= 48,40 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 405g)= 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /porcja 405g)= 2,80 g Sól (100g)= .6 /porcja 405g)= 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 966,00 kcal Białko ogółem 100,40 g Tłuszcz 54,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,20 g Węglowodny przyswajalne 260,80 g cukry suma 74,30 g Błonnik pokarmowy 24,70 g Sól 6,70 g	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek 12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) 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

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek 14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g) = 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /(porcja 650g) = 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 650g) = 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 650g) = 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 650g) = 53,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 650g) = 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g) = 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemiaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g) = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g) = 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g) = 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g) = 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g) = 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g) = 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g) = 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g) = 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g) = 0,10 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 099,40 kcal Białko ogółem 124,00 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,30 g Węglowodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,70 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 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa) Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 781,50 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 26,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 95,30 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 774,70 kcal Białko ogółem 43,40 g Tłuszcz 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 118,70 g cukry suma 29,80 g Błonnik pokarmowy 13,60 g Sól 2,80 g			Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 424,70 kcal Białko ogółem 19,80 g Tłuszcz 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 58,30 g cukry suma 44,80 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 980,90 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 48,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15,80 g Węglowodny przyswajalne 272,30 g cukry suma 107,70 g Błonnik pokarmowy 33,70 g Sól 5,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 137,5 /porcja 530g)= 723,70 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 530g)= 36,90 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,7 /porcja 530g)= 77,60 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 530g)= 17,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 530g)= 1,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 /porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Ryż biały 200g Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85,2 /porcja 921g)= 774,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,8 /porcja 921g)= 43,40 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /porcja 921g)= 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 921g)= 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /porcja 921g)= 118,70 g cukry suma (100g)= 3,3 /porcja 921g)= 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 921g)= 13,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 921g)= 2,80 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /porcja 100g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 100g)= g Sól (100g)= .1 /porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,4 /porcja 445g)= 442,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 445g)= 19,70 g Tłuszcz (100g)= 2,9 /porcja 445g)= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 445g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,7 /porcja 445g)= 57,70 g cukry suma (100g)= 9,7 /porcja 445g)= 44,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 445g)= 8,40 g Sól (100g)= .3 /porcja 445g)= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 153,40 kcal Białko ogółem 107,80 g Tłuszcz 57,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,70 g Węglowodny przyswajalne 290,00 g cukry suma 112,30 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 5,80 g	
9- Bogatobiałkowa							

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-30 czwartek	6-Z ograniczeniem łatwo przys.węgl(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,2 /porcja 500g)= 450,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,3 /porcja 500g)= 26,50 g Tłuszcz (100g)= 3,8 /porcja 500g)= 19,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 500g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,2 /porcja 500g)= 41,10 g cukry suma (100g)= 1,7 /porcja 500g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 500g)= 4,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 500g)= 1,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g)= 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /porcja 280g)= 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 280g)= 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 /porcja 280g)= 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g)= 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g)= 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,9 /porcja 1120g)= 820,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4,1 /porcja 1120g)= 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1,2 /porcja 1120g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1120g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 1120g)= 132,80 g cukry suma (100g)= 2,2 /porcja 1120g)= 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1120g)= 20,80 g Sól (100g)= .3 /porcja 1120g)= 2,80 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt, 60g (GLU Psz, GLU Żyt, MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,8 /porcja 470g)= 384,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,3 /porcja 470g)= 20,70 g Tłuszcz (100g)= 2,8 /porcja 470g)= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 /porcja 470g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /porcja 470g)= 42,40 g cukry suma (100g)= .7 /porcja 470g)= 3,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,4 /porcja 470g)= 6,60 g Sól (100g)= .3 /porcja 470g)= 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 250,4 /porcja 130g)= 325,20 kcal Białko ogółem (100g)= 11,7 /porcja 130g)= 15,20 g Tłuszcz (100g)= 14,4 /porcja 130g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 9,6 /porcja 130g)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 17,8 /porcja 130g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 130g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4,1 /porcja 130g)= 5,30 g Sól (100g)= .5 /porcja 130g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 115,10 kcal Białko ogółem 112,00 g Tłuszcz 67,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 35,00 g Węglowodny przyswajalne 262,50 g cukry suma 59,50 g Błonnik pokarmowy 39,00 g Sól 6,00 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

2025-10-30 czwartek	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Miód porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88,8 /porcja 690g)= 633,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3 /porcja 690g)= 21,50 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /porcja 690g)= 24,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 690g)= 9,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,5 /porcja 690g)= 81,80 g cukry suma (100g)= 4,4 /porcja 690g)= 31,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 690g)= 2,80 g Sól (100g)= .2 /porcja 690g)= 1,40 g	Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa Bitka drobiowa gotowana 100g A bezglutenowa Ryż pełnoziarnisty 200g Sos paprykowy 120ml bez glutenowy Sałatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,5 /porcja 1120g)= 1 028,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 /porcja 1120g)= 46,40 g Tłuszcz (100g)= 3,3 /porcja 1120g)= 36,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 1120g)= 132,80 g cukry suma (100g)= 2,5 /porcja 1120g)= 27,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /porcja 1120g)= 20,20 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,10 g	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,2 /porcja 500g)= 406,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 /porcja 500g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 500g)= 17,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 /porcja 500g)= 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,9 /porcja 500g)= 49,30 g cukry suma (100g)= 9,2 /porcja 500g)= 46,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /porcja 500g)= 4,20 g Sól (100g)= .5 /porcja 500g)= 2,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 068,00 kcal Białko ogółem 79,40 g Tłuszcz 77,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,00 g Węglowodny przyswajalne 263,90 g cukry suma 104,70 g Błonnik pokarmowy 27,20 g Sól 5,90 g			

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek ML - Bezmleczna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.4 /(porcja 615g) = 571,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 615g) = 13,30 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 615g) = 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 615g) = 2,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 /(porcja 615g) = 80,40 g cukry suma (100g)= 4.4 /(porcja 615g) = 27,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 615g) = 9,60 g Sól (100g)= .3 /(porcja 615g) = 2,10 g		Żurek z ziemniakami 300ml bezmleczny (GLU Psz, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A bezglutenowa Sos paprykowy 120ml bez glutenowy Ryz biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.4 /(porcja 921g) = 940,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 921g) = 47,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 921g) = 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 921g) = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.1 /(porcja 921g) = 136,90 g cukry suma (100g)= 3 /(porcja 921g) = 27,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 921g) = 14,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 921g) = 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.6 /(porcja 445g) = 420,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 /(porcja 445g) = 19,70 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /(porcja 445g) = 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 /(porcja 445g) = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.7 /(porcja 445g) = 57,70 g cukry suma (100g)= 9.7 /(porcja 445g) = 44,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 445g) = 8,40 g Sól (100g)= .3 /(porcja 445g) = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 932,20 kcal Białko ogółem 80,50 g Tłuszcz 51,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,60 g Węglowodny przyswajalne 275,00 g cukry suma 98,70 g Błonnik pokarmowy 32,80 g Sól 5,40 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 11 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek We - Weganianńska	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE.) Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 120.5 /(porcja 660g) = 803,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 /(porcja 660g) = 37,70 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 660g) = 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 660g) = 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 /(porcja 660g) = 95,40 g cukry suma (100g)= 5 /(porcja 660g) = 33,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 660g) = 11,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 660g) = 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pierogi z soczewicą 200g (GLU Psz, MLE.) Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.2 /(porcja 900g) = 638,00 kcal Białko ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 900g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 900g) = 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 900g) = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18.3 /(porcja 900g) = 166,20 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 900g) = 24,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 900g) = 9,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 900g) = 3,40 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.7 /(porcja 500g) = 483,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 500g) = 12,70 g Tłuszcz (100g)= 3.5 /(porcja 500g) = 17,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 500g) = 6,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 /(porcja 500g) = 65,90 g cukry suma (100g)= 9.8 /(porcja 500g) = 48,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /(porcja 500g) = 10,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 500g) = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 924,50 kcal Białko ogółem 67,30 g Tłuszcz 56,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 327,50 g cukry suma 106,70 g Błonnik pokarmowy 31,70 g Sól 6,20 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 12 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	C1- Dieta podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twaróg z koperkiem 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 803,20 kcal Białko ogółem 37,70 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,90 g Węglowodny przyswajalne 95,40 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 840,00 kcal Białko ogółem 44,90 g Tłuszcz 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,50 g Węglowodny przyswajalne 137,80 g cukry suma 29,90 g Błonnik pokarmowy 20,80 g Sól 2,80 g		Chleb żytnio- pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 446,40 kcal Białko ogółem 19,90 g Tłuszcz 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 58,40 g cukry suma 44,80 g Błonnik pokarmowy 8,50 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 089,60 kcal Białko ogółem 102,50 g Tłuszcz 55,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,60 g Węglowodny przyswajalne 291,60 g cukry suma 107,80 g Błonnik pokarmowy 40,90 g Sól 5,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek	C2- Dieta Łatwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twaróg z koperkiem 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] 803,20 kcal Białko ogółem 37,70 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,90 g Węglowodny przyswajalne 95,40 g cukry suma 33,10 g Błonnik pokarmowy 11,60 g Sól 1,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE,) Ryż biały 200g Salatka z buraczków 150g got. herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 774,70 kcal Białko ogółem 43,40 g Tłuszcz 11,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,10 g Węglowodny przyswajalne 118,70 g cukry suma 29,80 g Błonnik pokarmowy 13,60 g Sól 2,80 g		Chleb żytnio- pszen 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 442,60 kcal Białko ogółem 19,70 g Tłuszcz 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 57,70 g cukry suma 44,30 g Błonnik pokarmowy 8,40 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 020,50 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 53,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,20 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 107,20 g Błonnik pokarmowy 33,60 g Sól 5,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek C3-Ograniczenie lakty.przys. węgiel(CukrzycowaMatki)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Twarożek z koperkiem 200g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 473,70 kcal Białko ogółem 40,00 g Tłuszcz 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,10 g Węglowodny przyswajalne 44,70 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 187,40 kcal Białko ogółem 8,40 g Tłuszcz 4,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 28,10 g cukry suma 25,90 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,30 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 150g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 200g Salatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 924,70 kcal Białko ogółem 58,10 g Tłuszcz 19,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 132,80 g cukry suma 24,90 g Błonnik pokarmowy 20,80 g Sól 2,40 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 363,20 kcal Białko ogółem 20,60 g Tłuszcz 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 42,30 g cukry suma 3,40 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Ser żółty 30g (MLE) Rzodkiewka 30g Wartość energetyczna[kcal] 304,10 kcal Białko ogółem 15,20 g Tłuszcz 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 5,30 g Sól 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,10 kcal Białko ogółem 142,30 g Tłuszcz 65,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 271,00 g cukry suma 68,10 g Błonnik pokarmowy 39,00 g Sól 5,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 15 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-10-30 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-30 czwartek P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 646,60 kcal Białko ogółem 34,20 g Tłuszcz 27,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,70 g Węglowodny przyswajalne 62,90 g cukry suma 16,80 g Błonnik pokarmowy 8,90 g Sól 1,20 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 79,40 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 17,90 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Bitka drobiowa gotowana 100g A Sos paprykowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Ryż pełnoziarnisty 100g A Salatka z buraczków 100g got herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 634,00 kcal Białko ogółem 40,60 g Tłuszcz 11,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 92,40 g cukry suma 24,30 g Błonnik pokarmowy 15,30 g Sól 2,40 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g ogórek 50g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 370,80 kcal Białko ogółem 16,60 g Tłuszcz 12,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 44,90 g cukry suma 43,90 g Błonnik pokarmowy 6,40 g Sól 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 809,80 kcal Białko ogółem 95,40 g Tłuszcz 53,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,20 g Węglowodny przyswajalne 231,10 g cukry suma 100,70 g Błonnik pokarmowy 32,00 g Sól 5,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 16 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-10-21 10:46:01

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