

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek	1-Podstawowa	Kakao z cukrem 250 ml A (M.L.E.) chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (M.L.E.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (S.O.J.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Pieczony jabłko z cytrynowym i jogurtem naturalnym 200g (M.L.E.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.2 / (porcja 745g) = 732,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 745g) = 32,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 745g) = 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 745g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 745g) = 69,20 g cukry suma (100g)= 3.7 / (porcja 745g) = 28,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 745g) = 18,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 745g) = 1,50 g		Herbata malinowa a 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, M.L.E., SEL.) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, M.L.E.) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.1 / (porcja 1000g) = 1 071,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 / (porcja 1000g) = 57,00 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 1000g) = 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .7 / (porcja 1000g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.6 / (porcja 1000g) = 156,10 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1000g) = 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 / (porcja 1000g) = 25,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 0,50 g			herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenna-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (M.L.E.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (J.A.J, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.7 / (porcja 510g) = 538,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 510g) = 17,00 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 510g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 510g) = 7,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.6 / (porcja 510g) = 58,00 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 510g) = 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 510g) = 8,30 g Sól (100g)= .4 / (porcja 510g) = 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 341,70 kcal Białko ogółem 106,60 g Tłuszcz 67,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,60 g Węglowodny przyswajalne 283,30 g cukry suma 51,00 g Błonnik pokarmowy 52,10 g Sól 4,10 g

Auceplaję:  
STARSZY DIETAETK  
mgr Aleksandra Czarnocka

26.05.2024

Wydruk z MAFI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 1 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek	2-Lubostawna	Kakao z cukrem 250 ml A (M.L.E.) Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (M.L.E.) Szynka tostowa z kurcząt 60g (S.O.J.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Pieczony jabłko z cytrynowym i jogurtem naturalnym 200g (M.L.E.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97 / (porcja 720g) = 692,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 / (porcja 720g) = 32,70 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 720g) = 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 720g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 / (porcja 720g) = 62,90 g cukry suma (100g)= 3.6 / (porcja 720g) = 27,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 720g) = 11,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 720g) = 0,80 g		Herbata malinowa a 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, M.L.E., SEL.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, M.L.E.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, M.L.E.) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.9 / (porcja 1000g) = 998,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 / (porcja 1000g) = 54,60 g Tłuszcz (100g)= 2.1 / (porcja 1000g) = 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 1000g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 / (porcja 1000g) = 134,20 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1000g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 / (porcja 1000g) = 27,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 1000g) = 3,40 g			herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (M.L.E.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (J.A.J, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108.1 / (porcja 510g) = 540,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 / (porcja 510g) = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 510g) = 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 510g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 510g) = 45,10 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 510g) = 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 510g) = 7,60 g Sól (100g)= .4 / (porcja 510g) = 1,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 231,70 kcal Białko ogółem 104,90 g Tłuszcz 62,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 242,20 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 46,30 g Sól 6,00 g

Wydruk z MAFI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 2 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) chleb pszenno-żytni 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńska tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97 / (porcja 720g) = 692,70 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 / (porcja 720g) = 32,70 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 720g) = 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 720g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.8 / (porcja 720g) = 62,90 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 720g) = 27,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 720g) = 11,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 720g) = 0,80 g</p>	<p>Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.8 / (porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 200g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 / (porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5.3 / (porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g</p>	<p>Herbata malinowa a 250ml A Kafałorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Schab duszony w wodzie 100g A Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.8 / (porcja 1000g) = 988,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 / (porcja 1000g) = 54,30 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 1000g) = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1000g) = 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 / (porcja 1000g) = 139,70 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 1000g) = 15,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 / (porcja 1000g) = 28,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 0,50 g</p>	<p>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) = 0 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) = 0 g</p>	<p>herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.5 / (porcja 420g) = 306,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 / (porcja 420g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 1.5 / (porcja 420g) = 6,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 420g) = 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 / (porcja 420g) = 30,10 g cukry suma (100g)= 4 / (porcja 420g) = 16,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 420g) = 3,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 420g) = 0,40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 1 987,30 kcal Białko ogółem 103,90 g Tłuszcz 50,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,70 g Węglowodny przyswajalne 232,70 g cukry suma 59,20 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 1,70 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 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek 4-Latwostrawna z ogr.sól.pobudz.wydł.soku żółtk.	<p>Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńska tostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.7 / (porcja 505g) = 553,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 / (porcja 505g) = 26,70 g Tłuszcz (100g)= 4.4 / (porcja 505g) = 22,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.1 / (porcja 505g) = 10,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 / (porcja 505g) = 60,40 g cukry suma (100g)= 3.3 / (porcja 505g) = 16,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 505g) = 7,40 g Sól (100g)= .3 / (porcja 505g) = 1,60 g</p>	<p>Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.8 / (porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 200g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 / (porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5.3 / (porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g</p>	<p>Herbata malinowa a 250ml A Kafałorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.9 / (porcja 1000g) = 999,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 / (porcja 1000g) = 54,60 g Tłuszcz (100g)= 2.1 / (porcja 1000g) = 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 1000g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.4 / (porcja 1000g) = 134,20 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1000g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 / (porcja 1000g) = 27,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 1000g) = 3,40 g</p>	<p>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) = 0 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) = 0 g</p>	<p>herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.4 / (porcja 445g) = 383,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 445g) = 18,20 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 445g) = 14,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 445g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 / (porcja 445g) = 43,90 g cukry suma (100g)= .7 / (porcja 445g) = 3,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 445g) = 2,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 445g) = 1,40 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 127,50 kcal Białko ogółem 104,40 g Tłuszcz 63,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 41,10 g Sól 6,50 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 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek 12- Papkowieła	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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	Pieczony jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,8 / (porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 200g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 / (porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5,3 / (porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g	Kalaiforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 186,7 / (porcja 301g) = 565,70 kcal Białko ogółem (100g)= 10,6 / (porcja 301g) = 32,00 g Tłuszcz (100g)= 4,9 / (porcja 301g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 / (porcja 301g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 23 / (porcja 301g) = 69,60 g cukry suma (100g)= 3,1 / (porcja 301g) = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5,3 / (porcja 301g) = 15,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,30 g	Ryżowa z mięsem 300ml A (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 167,3 / (porcja 300g) = 507,00 kcal Białko ogółem (100g)= 10,4 / (porcja 300g) = 31,60 g Tłuszcz (100g)= 7,4 / (porcja 300g) = 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4,3 / (porcja 300g) = 12,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,2 / (porcja 300g) = 43,00 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 300g) = 4,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 300g) = 4,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 300g) = 0,30 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 013,40 kcal Białko ogółem 109,20 g Tłuszcz 75,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 212,10 g cukry suma 30,60 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 0,90 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 5 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek 14- Płynna wazmochnia	zupa warzywna +ryż+masło+mięso 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	Pieczony jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,8 / (porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 200g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 / (porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5,3 / (porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g	Kalaiforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 166,5 / (porcja 301g) = 504,60 kcal Białko ogółem (100g)= 8,4 / (porcja 301g) = 25,40 g Tłuszcz (100g)= 5,3 / (porcja 301g) = 16,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 / (porcja 301g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19,6 / (porcja 301g) = 59,40 g cukry suma (100g)= 3 / (porcja 301g) = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5,3 / (porcja 301g) = 16,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,30 g	Ryż na mle+masło+mięso 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+mięso 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 135,50 kcal Białko ogółem 109,70 g Tłuszcz 78,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 238,30 g cukry suma 33,40 g Błonnik pokarmowy 28,70 g Sól 1,00 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 6 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek 7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych( secowa)	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ovs, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Pieczone jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 765,20 kcal Białko ogółem 32,60 g Tłuszcz 36,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,40 g Węglowodny przyswajalne 69,20 g cukry suma 28,20 g Błonnik pokarmowy 18,50 g Sól 1,60 g		Herbata malinowa 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] 1 001,20 kcal Białko ogółem 55,50 g Tłuszcz 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 150,50 g cukry suma 15,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,50 g		herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 463,60 kcal Białko ogółem 16,90 g Tłuszcz 6,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 58,00 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 2,10 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 230,00 kcal Białko ogółem 105,00 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,00 g Węglowodny przyswajalne 277,70 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 51,60 g Sól 4,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek 9-Bogatobiałkowa	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło porcjowane 10g W (MLE.) Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,7 / (porcja 520g) = 57,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 / (porcja 520g) = 28,20 g Tłuszcz (100g)= 4,3 / (porcja 520g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,1 / (porcja 520g) = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 520g) = 47,40 g cukry suma (100g)= 3,2 / (porcja 520g) = 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 / (porcja 520g) = 9,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 520g) = 0,70 g	Pieczone jabłko z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,8 / (porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 200g) = 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7,7 / (porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5,3 / (porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 / (porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,10 g	Herbata malinowa 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99,9 / (porcja 1000g) = 998,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 / (porcja 1000g) = 54,60 g Tłuszcz (100g)= 2,1 / (porcja 1000g) = 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 1000g) = 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,4 / (porcja 1000g) = 134,20 g cukry suma (100g)= 1,6 / (porcja 1000g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,7 / (porcja 1000g) = 27,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 1000g) = 3,40 g	Jogurt naturalny 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 54 / (porcja 200g) = 108,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 / (porcja 200g) = 7,60 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 200g) = 4,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4 / (porcja 200g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,1 / (porcja 200g) = 10,20 g cukry suma (100g)= 0 / (porcja 200g) = g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 200g) = 0,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,30 g	herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108,1 / (porcja 510g) = 540,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,5 / (porcja 510g) = 17,60 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 510g) = 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,5 / (porcja 510g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 510g) = 45,10 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 510g) = 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 510g) = 7,60 g Sól (100g)= .4 / (porcja 510g) = 1,80 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 354,70 kcal Białko ogółem 112,60 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,90 g Węglowodny przyswajalne 252,40 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 46,60 g Sól 6,30 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek 6-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego węglowod. (Cukrzyca)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Zyt) Masło porcjowane 10g W (MLE) Szyńka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.3/(porcja 545g) = 412,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 545g) = 19,90 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 545g) = 16,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8/(porcja 545g) = 4,40 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 7.2/(porcja 545g) = 39,90 g cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 545g) = 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3/(porcja 545g) = 12,80 g Sól (100g)= .2/(porcja 545g) = 1,20 g	Pieczone jabłka z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.8/(porcja 200g) = 135,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.3 /(porcja 200g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= 2.7/(porcja 200g) = 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6/(porcja 200g) = 1,30 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 7.7/(porcja 200g) = 15,50 g cukry suma (100g)= 5.3 /(porcja 200g) = 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 200g) = 2,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g) = 0,10 g	Herbata bez cukru 250 ml Kalaforowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.9/(porcja 1000g) = 989,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.6 /(porcja 1000g) = 56,60 g Tłuszcz (100g)= 1.6/(porcja 1000g) = 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1000g) = 4,60 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 14.7/(porcja 1000g) = 147,00 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 1000g) = 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5/(porcja 1000g) = 24,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g) = 0,50 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Zyt) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (JA, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.3/(porcja 510g) = 516,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 510g) = 15,90 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 510g) = 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5/(porcja 510g) = 7,40 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 10.6/(porcja 510g) = 53,00 g cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 510g) = 11,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 510g) = 10,10 g Sól (100g)= .5/(porcja 510g) = 2,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Zyt) Twarożek z koperkiem 60g A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.9/(porcja 160g) = 177,60 kcal Białko ogółem (100g)= 7.9 /(porcja 160g) = 12,60 g Tłuszcz (100g)= 1.7/(porcja 160g) = 2,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9/(porcja 160g) = 1,40 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 15/(porcja 160g) = 23,70 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 160g) = 3,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1/(porcja 160g) = 4,90 g Sól (100g)= .5/(porcja 160g) = 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 231,00 kcal Białko ogółem 108,60 g Tłuszcz 54,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Weglowodny przyswajalne 279,10 g cukry suma 46,20 g Błonnik pokarmowy 54,90 g Sól 5,20 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 9 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek GI- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szyńka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Pieczone jabłka z cy namonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72.3/(porcja 735g) = 516,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 735g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.3/(porcja 735g) = 23,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2/(porcja 735g) = 8,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 8/(porcja 735g) = 57,30 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 735g) = 22,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7/(porcja 735g) = 4,80 g Sól (100g)= .2/(porcja 735g) = 1,60 g		Herbata malinowa 250ml A Kalaforowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (SEL) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 125.1/(porcja 1000g) = 1 250,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /(porcja 1000g) = 54,80 g Tłuszcz (100g)= 4.1/(porcja 1000g) = 41,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1000g) = 4,90 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 15.6/(porcja 1000g) = 155,70 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1000g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8/(porcja 1000g) = 28,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g) = 0,60 g		herbata z cukrem 250 ml chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Sałatka jarzynowa 150g (JA, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.6/(porcja 515g) = 502,90 kcal Białko ogółem (100g)= .6 /(porcja 515g) = 3,10 g Tłuszcz (100g)= 5.8/(porcja 515g) = 30,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4/(porcja 515g) = 7,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 9.8/(porcja 515g) = 51,60 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 515g) = 9,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9/(porcja 515g) = 4,90 g Sól (100g)= .3/(porcja 515g) = 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 269,80 kcal Białko ogółem 74,70 g Tłuszcz 94,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Weglowodny przyswajalne 264,60 g cukry suma 49,00 g Błonnik pokarmowy 37,80 g Sól 3,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 10 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek MI - Bezmielczna	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.9 / (porcja 560g) = 554,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 / (porcja 560g) = 23,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 560g) = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 / (porcja 560g) = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 560g) = 52,60 g cukry suma (100g)= 4.5 / (porcja 560g) = 24,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.7 / (porcja 560g) = 20,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 560g) = 0,70 g		Herbata malinowa 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml bez mleczna (SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenu A Salatka z buraczków 150g got Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 113.2 / (porcja 1050g) = 1 132,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5 / (porcja 1050g) = 48,60 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 1050g) = 41,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1050g) = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.8 / (porcja 1050g) = 127,60 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 1050g) = 25,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1050g) = 22,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1050g) = 0,50 g		herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Salatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115.6 / (porcja 505g) = 576,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 / (porcja 505g) = 10,90 g Tłuszcz (100g)= 6 / (porcja 505g) = 30,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 505g) = 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 / (porcja 505g) = 48,50 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 505g) = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 505g) = 8,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 505g) = 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 265,20 kcal Białko ogółem 84,00 g Tłuszcz 89,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,60 g Węglowodny przyswajalne 226,70 g cukry suma 58,30 g Błonnik pokarmowy 51,50 g Sól 1,70 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 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek We- Wegetariańska	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Pieczony jabłko z cytrynanem i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 111.6 / (porcja 720g) = 797,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 / (porcja 720g) = 36,20 g Tłuszcz (100g)= 5.2 / (porcja 720g) = 37,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 720g) = 18,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 / (porcja 720g) = 61,70 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 720g) = 26,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 720g) = 11,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 720g) = 1,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Kalaforowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Gulasz warzywny z cukinią i marchewką 200g n (GLU Psz, SEL) Salatka z buraczków 150g got Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 / (porcja 1100g) = 947,40 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 1100g) = 23,10 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.5 / (porcja 1100g) = 149,90 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1100g) = 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.5 / (porcja 1100g) = 28,20 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,40 g		herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Salatka jarzynowa 150g (JAJ, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 109 / (porcja 500g) = 544,80 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 / (porcja 500g) = 10,90 g Tłuszcz (100g)= 5.3 / (porcja 500g) = 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 / (porcja 500g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 / (porcja 500g) = 48,50 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 500g) = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 500g) = 8,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 500g) = 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 289,30 kcal Białko ogółem 76,20 g Tłuszcz 89,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 260,10 g cukry suma 52,80 g Błonnik pokarmowy 48,20 g Sól 2,30 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 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek C1- Dieta podstawowa	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) chleb wleociamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 732,00 kcal Białko ogółem 32,60 g Tłuszcz 32,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 69,20 g cukry suma 28,20 g Błonnik pokarmowy 18,50 g Sól 1,50 g		Herbata malinowa 250ml A Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] 1 071,30 kcal Białko ogółem 57,00 g Tłuszcz 20,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 156,10 g cukry suma 15,90 g Błonnik pokarmowy 25,30 g Sól 0,50 g			herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] 538,40 kcal Białko ogółem 17,00 g Tłuszcz 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 58,00 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sól 2,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 341,70 kcal Białko ogółem 106,60 g Tłuszcz 67,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,60 g Węglowodny przyswajalne 283,30 g cukry suma 51,00 g Błonnik pokarmowy 52,10 g Sól 4,10 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f3

strona 13 z 16

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: 2024-04-26 10:39:58

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-02 czwartek C2- Dieta Latwostrawna	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szyńka tostowa z kurcząt 60g (SOJ) Pomidor sparzony 100g 2 szt Rukola 10g Pieczone jabłka z cytryną i jogurtem naturalnym 200g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 692,70 kcal Białko ogółem 32,70 g Tłuszcz 26,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 62,90 g cukry suma 27,20 g Błonnik pokarmowy 11,70 g Sól 0,80 g		Herbata malinowa 250ml A Kalafiorowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE) Sałatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] 998,50 kcal Białko ogółem 54,60 g Tłuszcz 21,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g Węglowodny przyswajalne 134,20 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 27,00 g Sól 3,40 g			herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Sałatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR) Wartość energetyczna[kcal] 540,50 kcal Białko ogółem 17,60 g Tłuszcz 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,40 g Węglowodny przyswajalne 45,10 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 1,80 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 231,70 kcal Białko ogółem 104,90 g Tłuszcz 62,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,00 g Węglowodny przyswajalne 242,20 g cukry suma 50,20 g Błonnik pokarmowy 46,30 g Sól 6,00 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.f3

strona 14 z 16

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: 2024-04-26 10:39:58

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek C9-Ograniczenie kalorii przys. węglowod. (Cukrzyca w stadium)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyńska kostkowa z kurcząt 80g A (SOJ.) Ser żółty 40g W (MLE.) Pomidor 100g-2szt Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 582,30 kcal Białko ogółem 33,20 g Tłuszcz 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,90 g Węglowodny przyswajalne 40,70 g cukry suma 6,30 g Błonnik pokarmowy 12,80 g Sól 1,70 g	Pieczone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 300g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 272,60 kcal Białko ogółem 9,50 g Tłuszcz 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 32,10 g cukry suma 20,60 g Błonnik pokarmowy 2,60 g Sól 0,30 g	Herbata bez cukru 250 ml Kafiorowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200g A Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Salatka z buraczków 150g got. Wartość energetyczna[kcal] 1 072,40 kcal Białko ogółem 70,50 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,80 g Węglowodny przyswajalne 147,00 g cukry suma 15,20 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,60 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Salatka jarzynowa 120g A (JAJ, SEL, GOR.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Wartość energetyczna[kcal] 441,60 kcal Białko ogółem 15,80 g Tłuszcz 6,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,00 g Węglowodny przyswajalne 52,90 g cukry suma 11,10 g Błonnik pokarmowy 10,10 g Sól 2,60 g	Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z koperkiem 60g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 177,60 kcal Białko ogółem 12,60 g Tłuszcz 2,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 23,70 g cukry suma 3,10 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 546,50 kcal Białko ogółem 141,60 g Tłuszcz 67,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 296,40 g cukry suma 56,30 g Błonnik pokarmowy 55,20 g Sól 6,00 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 15 z 16

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

Wydrukował: a, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-02 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyńska kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 498,10 kcal Białko ogółem 25,20 g Tłuszcz 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 45,10 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 9,90 g Sól 0,90 g	Pieczone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 135,50 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 5,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,30 g Węglowodny przyswajalne 15,50 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 2,30 g Sól 0,10 g	Herbata malinowa 250ml A Kafiorowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza gryczana gotwana 120g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Salatka z buraczków 100g got. Wartość energetyczna[kcal] 810,80 kcal Białko ogółem 47,10 g Tłuszcz 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,00 g Węglowodny przyswajalne 110,40 g cukry suma 14,80 g Błonnik pokarmowy 18,80 g Sól 0,50 g	Mandarynka 100g Wartość energetyczna[kcal] 33,80 kcal Białko ogółem 0,50 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 7,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	herbata z cukrem 250 ml Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Salatka jarzynowa 60g G (JAJ, SEL, GOR.) Kiełbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g Wartość energetyczna[kcal] 370,70 kcal Białko ogółem 13,50 g Tłuszcz 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 37,90 g cukry suma 4,20 g Błonnik pokarmowy 4,00 g Sól 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 848,90 kcal Białko ogółem 90,90 g Tłuszcz 62,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,60 g Węglowodny przyswajalne 215,90 g cukry suma 45,70 g Błonnik pokarmowy 36,40 g Sól 1,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_kolumnach.fr3

strona 16 z 16

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

Wydrukował: a, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:39:58