

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA :	
2024-05-03 piątek	1-Podstawowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,5 / (porcja 585g) = 690,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 / (porcja 585g) = 27,50 g Tłuszcz (100g)= 6,3 / (porcja 585g) = 37,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,9 / (porcja 585g) = 16,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,2 / (porcja 585g) = 54,10 g cukry suma (100g)= 3,3 / (porcja 585g) = 19,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 / (porcja 585g) = 13,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 585g) = 1,90 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL,) ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80,1 / (porcja 1100g) = 890,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 / (porcja 1100g) = 46,90 g Tłuszcz (100g)= 2,6 / (porcja 1100g) = 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,6 / (porcja 1100g) = 117,50 g cukry suma (100g)= 2,6 / (porcja 1100g) = 28,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 / (porcja 1100g) = 26,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 0,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz,) Rukola 10g Sok wielowarzynowy 200 ml (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,5 / (porcja 620g) = 459,60 kcal Białko ogółem (100g)= 2 / (porcja 620g) = 12,60 g Tłuszcz (100g)= 2,8 / (porcja 620g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 620g) = 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 / (porcja 620g) = 55,30 g cukry suma (100g)= 2,1 / (porcja 620g) = 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 620g) = 5,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 620g) = 1,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 040,90 kcal Białko ogółem 87,00 g Tłuszcz 83,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 226,90 g cukry suma 61,10 g Błonnik pokarmowy 45,10 g Sól 4,30 g

Akceptuję:  
 STARSZY DIETETYK  
 mgr Aleksandra Czarna  
 29.04.2024

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-03 piątek	2-Latwostrawna	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek naturalny 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,8 / (porcja 620g) = 611,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,9 / (porcja 620g) = 36,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 / (porcja 620g) = 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 / (porcja 620g) = 11,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 / (porcja 620g) = 51,70 g cukry suma (100g)= 3,5 / (porcja 620g) = 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 / (porcja 620g) = 6,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 620g) = 0,60 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,) ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,4 / (porcja 1100g) = 915,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 / (porcja 1100g) = 40,80 g Tłuszcz (100g)= 2,5 / (porcja 1100g) = 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 1100g) = 133,00 g cukry suma (100g)= 1,4 / (porcja 1100g) = 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 / (porcja 1100g) = 18,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 0,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz,) Rukola 10g Sok wielowarzynowy 200 ml (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,9 / (porcja 620g) = 461,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 / (porcja 620g) = 13,20 g Tłuszcz (100g)= 2,7 / (porcja 620g) = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 / (porcja 620g) = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,8 / (porcja 620g) = 42,40 g cukry suma (100g)= 2,1 / (porcja 620g) = 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 620g) = 4,80 g Sól (100g)= .3 / (porcja 620g) = 1,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 988,20 kcal Białko ogółem 90,60 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 227,10 g cukry suma 50,90 g Błonnik pokarmowy 29,50 g Sól 2,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-03 śniadanie 3-litrowa z ograniczeniem tłuszczu	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.8 /porcja 610g = 536,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.8 /porcja 610g = 36,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 /porcja 610g = 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 /porcja 610g = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.3 /porcja 610g = 51,60 g cukry suma (100g)= 3.5 /porcja 610g = 21,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 /porcja 610g = 6,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 610g = 0,60 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.7 /porcja 1200g = 1 083,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 1200g = 45,00 g Tłuszcz (100g)= 1.1 /porcja 1200g = 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 1200g = 1,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.2 /porcja 1200g = 202,40 g cukry suma (100g)= 4.2 /porcja 1200g = 52,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 /porcja 1200g = 26,00 g Sól (100g)= 0 /porcja 1200g = 0,60 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Bacon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.9 /porcja 620g = 461,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /porcja 620g = 13,20 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /porcja 620g = 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 620g = 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /porcja 620g = 42,40 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 620g = 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 620g = 4,80 g Sól (100g)= .3 /porcja 620g = 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 081,40 kcal Białko ogółem 94,70 g Tłuszcz 43,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,00 g Węglowodny przyswajalne 296,40 g cukry suma 87,80 g Błonnik pokarmowy 37,50 g Sól 2,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 śniadanie 4-litrowa z ogr.sob.polud.z.wyd.soku.zolejk.	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 100.7 /porcja 605g = 592,50 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /porcja 605g = 35,10 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /porcja 605g = 21,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2 /porcja 605g = 11,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /porcja 605g = 64,70 g cukry suma (100g)= 3.6 /porcja 605g = 21,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 605g = 4,70 g Sól (100g)= .3 /porcja 605g = 1,50 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1 /porcja 200g = 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /porcja 200g = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 200g = 3,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /porcja 200g = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 200g = 16,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /porcja 200g = 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 200g = 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g = 0,20 g	Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Ziemniaki 200g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 /porcja 1100g = 915,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 /porcja 1100g = 40,80 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /porcja 1100g = 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 1100g = 133,00 g cukry suma (100g)= 1.4 /porcja 1100g = 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /porcja 1100g = 18,00 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 = 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	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz) masło porcjowane 10g (MLE) Bacon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.3 /porcja 605g = 443,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2 /porcja 605g = 11,80 g Tłuszcz (100g)= 2.8 /porcja 605g = 16,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 605g = 7,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4 /porcja 605g = 55,40 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 605g = 12,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 605g = 2,80 g Sól (100g)= .4 /porcja 605g = 2,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 141,60 kcal Białko ogółem 95,20 g Tłuszcz 69,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,50 g Węglowodny przyswajalne 282,10 g cukry suma 65,30 g Błonnik pokarmowy 28,90 g Sól 4,60 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek	12.-Papkowata	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) = 41,80 g cukry suma (100g)= .6 / (porcja 500g) = 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 500g) = 3,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,10 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1 / (porcja 200g) = 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 / (porcja 200g) = 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 / (porcja 200g) = 3,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 200g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.3 / (porcja 200g) = 16,60 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 200g) = 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 200g) = 1,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 244.1 / (porcja 301g) = 739,70 kcal Białko ogółem (100g)= 10.8 / (porcja 301g) = 32,70 g Tłuszcz (100g)= 5.7 / (porcja 301g) = 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 301g) = 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 35.9 / (porcja 301g) = 108,70 g cukry suma (100g)= 2.4 / (porcja 301g) = 7,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.5 / (porcja 301g) = 13,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,20 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 drobiowa 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5 / (porcja 500g) = 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 500g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 / (porcja 500g) = 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 500g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 / (porcja 500g) = 51,10 g cukry suma (100g)= .4 / (porcja 500g) = 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 500g) = 3,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 146,80 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 69,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,20 g Węglowodny przyswajalne 271,50 g cukry suma 30,60 g Błonnik pokarmowy 24,30 g Sól 1,00 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 10:43:55

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek	14- Płynna wzmożona	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	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	Koperkowa z zacierką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 204.1 / (porcja 301g) = 618,50 kcal Białko ogółem (100g)= 9 / (porcja 301g) = 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4.7 / (porcja 301g) = 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 / (porcja 301g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 30.5 / (porcja 301g) = 92,40 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 301g) = 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.9 / (porcja 301g) = 8,90 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,10 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 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 179,30 kcal Białko ogółem 106,30 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,70 g Węglowodny przyswajalne 301,00 g cukry suma 39,10 g Błonnik pokarmowy 18,90 g Sól 1,10 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 10:43:55

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek 7-kontrobowana zawartość: kw. tłuszczowych( sercowa)	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt, Twarożek naturalny 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 57,60 kcal Białko ogółem 36,40 g Tłuszcz 19,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,80 g Węglowodny przyswajalne 57,90 g cukry suma 22,60 g Błonnik pokarmowy 13,50 g Sól 1,40 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL,) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) Surówka z kapusy kiszonej 150g Wartość energetyczna[kcal] 890,40 kcal Białko ogółem 46,90 g Tłuszcz 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 117,50 g cukry suma 28,80 g Błonnik pokarmowy 28,10 g Sól 0,50 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Baton szynkowy z kurczą 60g (GLU Jęcz,) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] 492,80 kcal Białko ogółem 12,60 g Tłuszcz 21,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,80 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 958,80 kcal Białko ogółem 95,90 g Tłuszcz 69,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,40 g Węglowodny przyswajalne 230,70 g cukry suma 64,60 g Błonnik pokarmowy 45,10 g Sól 3,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek 9-Bogiatłakowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE,) Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek naturalny 120g A (MLE,) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97,3 /porcja 620g )= 611,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,9 /porcja 620g )= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 620g )= 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /porcja 620g )= 11,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 620g )= 51,70 g cukry suma (100g)= 3,5 /porcja 620g )= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 620g )= 6,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 620g )= 0,60 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67,1 /porcja 200g )= 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,6 /porcja 200g )= 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2 /porcja 200g )= 3,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 200g )= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /porcja 200g )= 16,60 g cukry suma (100g)= 1,5 /porcja 200g )= 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 200g )= 1,90 g Sól (100g)= .1 /porcja 200g )= 0,20 g	Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Koperkowa z zaciełką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB,) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,4 /porcja 1100g )= 915,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7 /porcja 1100g )= 40,80 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /porcja 1100g )= 28,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1100g )= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 /porcja 1100g )= 133,00 g cukry suma (100g)= 1,4 /porcja 1100g )= 15,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /porcja 1100g )= 18,00 g Sól (100g)= .1 /porcja 1100g )= 0,50 g	Skyr jagodowy 150g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82,4 /porcja 150g )= 123,00 kcal Białko ogółem (100g)= 9,7 /porcja 150g )= 14,40 g Tłuszcz (100g)= 0 /porcja 150g )= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /porcja 150g )= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11,1 /porcja 150g )= 16,50 g cukry suma (100g)= 11,1 /porcja 150g )= 16,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 150g )= g Sól (100g)= 0 /porcja 150g )= g	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio- pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE,) Baton szynkowy z kurczą 60g (GLU Jęcz,) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,9 /porcja 620g )= 461,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2,1 /porcja 620g )= 13,20 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /porcja 620g )= 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /porcja 620g )= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6,8 /porcja 620g )= 42,40 g cukry suma (100g)= 2,1 /porcja 620g )= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 620g )= 4,80 g Sól (100g)= .3 /porcja 620g )= 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,30 kcal Białko ogółem 112,20 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,70 g Węglowodny przyswajalne 260,20 g cukry suma 70,40 g Błonnik pokarmowy 31,40 g Sól 2,80 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA :	
2024-05-03 piątek 6z ograniczeniem tawo przys.węgl(Cukrzycoowa)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłazmisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE), Ser żółty 60g A (MLE), Mlx salát z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.2/(porcja 585g )= 607,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 585g)= 23,30 g Tłuszcz (100g)= 5.7/(porcja 585g)= 33,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.5/(porcja 585g)= 14,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8/(porcja 585g)= 45,90 g cukry suma (100g)= 1.9 /(porcja 585g)= 10,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3/(porcja 585g)= 13,40 g Sól (100g)= .3/(porcja 585g )= 1,80 g	Jogurt naturalny z truskawkami i pląkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows, Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 67.1/(porcja 200g )= 134,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 200g)= 7,20 g Tłuszcz (100g)= 2/(porcja 200g)= 3,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 200g)= 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3/(porcja 200g)= 16,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 200g)= 3,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1/(porcja 200g)= 1,90 g Sól (100g)= .1/(porcja 200g )= 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL), Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB), Sos pietuszkowy 120g A (GLU Psz, MLE), Surówka z kapusty kiszanej 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75.5/(porcja 1100g )= 830,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 1100g)= 46,50 g Tłuszcz (100g)= 2.6/(porcja 1100g)= 28,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1100g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5/(porcja 1100g )= 105,50 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 1100g)= 25,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4/(porcja 1100g)= 26,10 g Sól (100g)= .1/(porcja 1100g)= 0,60 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE), Balon szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz), Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.3/(porcja 620g )= 401,60 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 620g)= 11,50 g Tłuszcz (100g)= 2.7/(porcja 620g)= 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3/(porcja 620g)= 8,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.6/(porcja 620g)= 41,30 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 620g)= 8,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2/(porcja 620g)= 7,30 g Sól (100g)= .4/(porcja 620g )= 2,40 g		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Pasta drobiowo-twarogowa z pietruszką 40g A (MLE), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 196.6/(porcja 90g )= 177,20 kcal Białko ogółem (100g)= 14.6 /(porcja 90g)= 13,20 g Tłuszcz (100g)= 2.6/(porcja 90g)= 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 90g)= 1,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 26/(porcja 90g)= 23,40 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 90g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.6/(porcja 90g)= 5,00 g Sól (100g)= 1.5/(porcja 90g )= 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,70 kcal Białko ogółem 101,70 g Tłuszcz 85,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,50 g Węglowodny przyswajalne 232,70 g cukry suma 50,30 g Błonnik pokarmowy 53,70 g Sól 6,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-03 piątek Gl-Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE), Ser żółty 60g A (MLE), Mlx salát z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92.7/(porcja 575g )= 545,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.7 /(porcja 575g)= 15,60 g Tłuszcz (100g)= 5.4/(porcja 575g)= 31,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.5/(porcja 575g)= 14,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1/(porcja 575g)= 47,80 g cukry suma (100g)= 2.8 /(porcja 575g)= 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5/(porcja 575g)= 3,20 g Sól (100g)= .4/(porcja 575g )= 2,10 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml b/g A (SEL), Ziemniaki 300g A Ryba gotowana 120g (RYB), Sos pietuszkowy 120g b/g A Surówka z kapusty kiszanej 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.6/(porcja 1220g )= 1 232,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 1220g)= 63,20 g Tłuszcz (100g)= 2.7/(porcja 1220g)= 33,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2/(porcja 1220g)= 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.7/(porcja 1220g )= 171,70 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 1220g)= 30,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.3/(porcja 1220g)= 40,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 1220g)= 1,10 g		Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE), Szynka tostowa z kurcząt 60g (SOJ), Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL), Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.4/(porcja 635g )= 402,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /(porcja 635g)= 13,40 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 635g)= 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 635g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2/(porcja 635g)= 45,00 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 635g)= 15,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2/(porcja 635g)= 1,40 g Sól (100g)= .2/(porcja 635g )= 1,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 180,60 kcal Białko ogółem 92,20 g Tłuszcz 84,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 284,50 g cukry suma 62,70 g Błonnik pokarmowy 45,40 g Sól 4,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek	Mł.-Bezręczna	Herbata z cukrem 250ml A (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 / (porcja 590g) = 484,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 / (porcja 590g) = 12,60 g Tłuszcz (100g)= 2.1 / (porcja 590g) = 12,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 590g) = 1,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.7 / (porcja 590g) = 62,80 g cukry suma (100g)= 9.5 / (porcja 590g) = 55,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 590g) = 11,70 g Sól (100g)= .3 / (porcja 590g) = 1,50 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Koperkowa z zacierką 300ml b/m (GLU Psz, SEL.) Ziemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos pietruszkowy 120g b/g A marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.3 / (porcja 1200g) = 1 015,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 / (porcja 1200g) = 47,20 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1200g) = 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 / (porcja 1200g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.9 / (porcja 1200g) = 161,00 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 1200g) = 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 / (porcja 1200g) = 33,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1200g) = 0,70 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Szynka kostkowa z kurcząt 60g (SOJ.) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 59.2 / (porcja 610g) = 369,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 610g) = 21,00 g Tłuszcz (100g)= 1 / (porcja 610g) = 6,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 610g) = 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.7 / (porcja 610g) = 41,80 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 610g) = 13,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 610g) = 4,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 610g) = 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 869,80 kcal Białko ogółem 80,80 g Tłuszcz 40,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,60 g Węglowodny przyswajalne 265,60 g cukry suma 87,30 g Błonnik pokarmowy 49,50 g Sól 2,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek	Wie- Węgetarińska	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, 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.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117.3 / (porcja 560g) = 651,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5 / (porcja 560g) = 27,60 g Tłuszcz (100g)= 5.6 / (porcja 560g) = 31,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 560g) = 17,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.6 / (porcja 560g) = 47,90 g cukry suma (100g)= 3.3 / (porcja 560g) = 18,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 560g) = 6,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 560g) = 1,20 g		Herbata owoce leśne z cukrem 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL.) Ziemniaki 200g a Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB.) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.1 / (porcja 1100g) = 890,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 1100g) = 46,90 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 1100g) = 28,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 / (porcja 1100g) = 117,50 g cukry suma (100g)= 2.6 / (porcja 1100g) = 28,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 / (porcja 1100g) = 26,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 0,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.6 / (porcja 635g) = 479,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.2 / (porcja 635g) = 13,90 g Tłuszcz (100g)= 2.9 / (porcja 635g) = 18,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 635g) = 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 / (porcja 635g) = 48,90 g cukry suma (100g)= 2.8 / (porcja 635g) = 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 635g) = 7,00 g Sól (100g)= .2 / (porcja 635g) = 1,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 021,00 kcal Białko ogółem 88,40 g Tłuszcz 78,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglowodny przyswajalne 214,30 g cukry suma 64,20 g Błonnik pokarmowy 39,60 g Sól 3,20 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-03 piątek	C1- Dieta podstawowa	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 690,90 kcal Białko ogółem 27,50 g Tłuszcz 37,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,80 g Węglowodny przyswajalne 54,10 g cukry suma 19,10 g Błonnik pokarmowy 13,50 g Sól 1,90 g		Herbata owocowa leśna z cukrem 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL) Zemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka z kapusty kiszonej 150g Wartość energetyczna[kcal] 947,20 kcal Białko ogółem 48,40 g Tłuszcz 28,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,80 g Węglowodny przyswajalne 129,50 g cukry suma 29,50 g Błonnik pokarmowy 28,90 g Sól 0,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Wartość energetyczna[kcal] 459,60 kcal Białko ogółem 12,60 g Tłuszcz 17,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,10 g Węglowodny przyswajalne 55,30 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 5,50 g Sól 1,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 097,70 kcal Białko ogółem 88,50 g Tłuszcz 83,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 238,90 g cukry suma 61,80 g Błonnik pokarmowy 47,90 g Sól 4,30 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

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

strona 13 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:43:55

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-03 piątek	C2- Dieta Latwostrawna	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE) Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 611,10 kcal Białko ogółem 36,60 g Tłuszcz 21,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,60 g Węglowodny przyswajalne 51,70 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,60 g		Herbata owocowa leśna z cukrem 250 ml Koperkowa z zaciętką 300ml (GLU Psz, MLE, SEL) Zemniaki 300g A Ryba duszona 100g A (GLU Psz, RYB) Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE) marchew duszona 150g A Wartość energetyczna[kcal] 972,20 kcal Białko ogółem 42,30 g Tłuszcz 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 145,00 g cukry suma 16,60 g Błonnik pokarmowy 20,80 g Sól 0,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt) masło porcjowane 10g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL) Wartość energetyczna[kcal] 461,70 kcal Białko ogółem 13,20 g Tłuszcz 17,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,00 g Węglowodny przyswajalne 42,40 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 4,80 g Sól 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 045,00 kcal Białko ogółem 92,10 g Tłuszcz 67,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,50 g Węglowodny przyswajalne 239,10 g cukry suma 51,60 g Błonnik pokarmowy 32,30 g Sól 2,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

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

strona 14 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-26 10:43:55

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek C3-Ograniczenie tłuszcz.przys.węgl(Culirzycowalifitg)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt) Ser żółty 80g A (MLE, GLU Ows, Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 593,20 kcal Białko ogółem 27,80 g Tłuszcz 29,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,00 g Węglowodny przyswajalne 45,80 g cukry suma 10,90 g Błonnik pokarmowy 13,40 g Sól 2,10 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 300g A (MLE, GLU Ows, Wartość energetyczna[kcal] 203,80 kcal Białko ogółem 14,20 g Tłuszcz 6,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,80 g Węglowodny przyswajalne 22,90 g cukry suma 8,70 g Błonnik pokarmowy 1,70 g Sól 0,30 g	Herbata bez cukru 250 ml Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL, Ziemniaki 200g a Ryba duszona 150g A (RYB, Sos pietruszkowy 120g A (GLU Psz, MLE, Surówka z kapusty kiszonej 150g Wartość energetyczna[kcal] 892,00 kcal Białko ogółem 69,30 g Tłuszcz 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 105,50 g cukry suma 25,80 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 0,70 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt, Masło roślinne rama 10g Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz, Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, jogurt naturalny 150g (MLE, Wartość energetyczna[kcal] 553,50 kcal Białko ogółem 19,60 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,20 g Węglowodny przyswajalne 68,80 g cukry suma 28,80 g Błonnik pokarmowy 7,60 g Sól 2,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Pasta drożdżowo-twarogowa z pietruszką 40g A (MLE, Wartość energetyczna[kcal] 177,20 kcal Białko ogółem 13,20 g Tłuszcz 2,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 23,40 g cukry suma 2,20 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 1,40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 419,70 kcal Białko ogółem 144,10 g Tłuszcz 87,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,90 g Węglowodny przyswajalne 266,40 g cukry suma 76,40 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 7,10 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

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

strona 15 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 10:43:55

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-03 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-03 piątek P1- Dieta Poślanowa Dziecięca	Kawa z mlekiem 250 ml A (GLU Psz, MLE, Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt, Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Ser żółty 60g A (MLE, Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] 592,50 kcal Białko ogółem 24,60 g Tłuszcz 32,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 45,60 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 7,30 g Sól 1,40 g	Jogurt naturalny z truskawkami i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU Ows, Wartość energetyczna[kcal] 134,10 kcal Białko ogółem 7,20 g Tłuszcz 3,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 16,60 g cukry suma 3,00 g Błonnik pokarmowy 1,90 g Sól 0,20 g	Herbata malinowa 250ml A Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (SEL, Ziemniaki 100g Kieł rybny 100g A (GLU Psz, JAJ, RYB, Surówka z kapusty kiszonej 100g Wartość energetyczna[kcal] 505,90 kcal Białko ogółem 27,00 g Tłuszcz 6,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,80 g Węglowodny przyswajalne 78,10 g cukry suma 14,60 g Błonnik pokarmowy 19,90 g Sól 0,40 g	Jabłko 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	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Baton szynkowy z kurcząt 60g (GLU Jęcz, Rukola 10g Sok wielowarzywny 200 ml (SEL, Wartość energetyczna[kcal] 386,10 kcal Białko ogółem 9,90 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,90 g Węglowodny przyswajalne 42,40 g cukry suma 12,30 g Błonnik pokarmowy 2,70 g Sól 1,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 673,40 kcal Białko ogółem 69,10 g Tłuszcz 60,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,80 g Węglowodny przyswajalne 193,80 g cukry suma 58,20 g Błonnik pokarmowy 34,00 g Sól 3,40 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

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

strona 16 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 10:43:55