

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-04 sobota 1- Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 115g (GLU Ows, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Jajko gotowane 1szt-50g (JA,J, szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE, Pomidor 100g-2szt Serek z Inem i platkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.9 / (porcja 685g)= 646,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 / (porcja 685g)= 39,40 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 685g)= 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 685g)= 9,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 / (porcja 685g)= 54,90 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 685g)= 13,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 685g)= 13,40 g Sól (100g)= .4 / (porcja 685g)= 2,60 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz, Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz, Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE, Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 / (porcja 1120g)= 940,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 1120g)= 34,70 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 1120g)= 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1120g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 / (porcja 1120g)= 137,90 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 1120g)= 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 / (porcja 1120g)= 30,90 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1120g)= 2,10 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt, Płeczywo żytnio-pszenny-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt, masło porcjowane 10g (MLE, Szynka białowa z kurcząt 60g (SOJ, Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84 / (porcja 585g)= 493,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 / (porcja 585g)= 19,30 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 585g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 585g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 / (porcja 585g)= 68,80 g cukry suma (100g)= 9.1 / (porcja 585g)= 53,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 / (porcja 585g)= 10,20 g Sól (100g)= .2 / (porcja 585g)= 0,90 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 079,90 kcal Białko ogółem 93,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Węglowodny przyswajalne 261,60 g cukry suma 88,50 g Błonnik pokarmowy 54,50 g Sól 5,60 g

Alice Prociak
 STARSZY DIETETYK
 mgr Aleksandra Czarna

29.04.2024

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-29 09:28:25

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-04 sobota 2- Laktowatna	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, Jajko gotowane 1szt-50g (JA,J, szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE, Pomidor sparzony 100g 2 szt Serek z Inem i platkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91 / (porcja 660g)= 606,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.9 / (porcja 660g)= 39,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 660g)= 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 / (porcja 660g)= 10,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 / (porcja 660g)= 48,70 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 660g)= 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 660g)= 6,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 660g)= 1,90 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, kasza jęczmienna 200g (GLU Psz, Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz, Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE, Kalafor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.9 / (porcja 1120g)= 965,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 1120g)= 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 1120g)= 35,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1120g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 / (porcja 1120g)= 106,80 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 1120g)= 15,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 / (porcja 1120g)= 24,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g)= 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, Szynka białowa z kurcząt 60g (SOJ, Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 / (porcja 585g)= 496,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 585g)= 20,00 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 585g)= 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 585g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 585g)= 55,80 g cukry suma (100g)= 9.1 / (porcja 585g)= 53,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 585g)= 9,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 585g)= 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 068,00 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 70,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,20 g Węglowodny przyswajalne 211,30 g cukry suma 80,80 g Błonnik pokarmowy 40,70 g Sól 2,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

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

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2024-04-29 09:25:20

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA		
2024-05-04 sobota 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt) szynka beszkińska - wędlina wędzarska parzona z dodatkiem wody, białka wędzarskiego 60g W (SOJ, MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Serek z inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.1 / (porcja 600g) = 453,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 / (porcja 600g) = 32,10 g Tłuszcz (100g)= 1.3 / (porcja 600g) = 7,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 600g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 / (porcja 600g) = 48,40 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 600g) = 12,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 600g) = 6,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 600g) = 1,90 g		herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JA, SOJ, GLU Jęcz) Kalafor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107 / (porcja 1050g) = 1 069,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8 / (porcja 1050g) = 47,90 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 1050g) = 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1050g) = 3,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 / (porcja 1050g) = 141,50 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1050g) = 17,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.2 / (porcja 1050g) = 32,30 g Sól (100g)= .4 / (porcja 1050g) = 3,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Zyt) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Zyt) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 / (porcja 585g) = 496,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 585g) = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 585g) = 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 585g) = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 585g) = 55,80 g cukry suma (100g)= 9.1 / (porcja 585g) = 53,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 585g) = 9,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 585g) = 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 019,20 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 47,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,60 g Węglowodny przyswajalne 245,70 g cukry suma 82,90 g Błonnik pokarmowy 48,40 g Sól 5,90 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 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-04 sobota 4-Latwostrawna z ogranicz.pobudż.wytl.szku.zbądk.	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE) szynka beszkińska - wędlina wędzarska parzona z dodatkiem wody, białka wędzarskiego 60g W (SOJ, MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.7 / (porcja 495g) = 373,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 495g) = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 2.2 / (porcja 495g) = 11,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 495g) = 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 / (porcja 495g) = 51,70 g cukry suma (100g)= 1.9 / (porcja 495g) = 9,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 495g) = 3,90 g Sól (100g)= .5 / (porcja 495g) = 2,70 g	Serek z inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136.4 / (porcja 100g) = 136,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15.3 / (porcja 100g) = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 100g) = 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 100g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 / (porcja 100g) = 9,80 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 100g) = 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 100g) = 0,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 100g) = 0,10 g	herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JA, SOJ, GLU Jęcz) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kalafor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.9 / (porcja 1120g) = 965,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 1120g) = 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3.2 / (porcja 1120g) = 35,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1120g) = 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 / (porcja 1120g) = 106,80 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 1120g) = 15,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 / (porcja 1120g) = 24,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1120g) = 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) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.9 / (porcja 570g) = 477,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 / (porcja 570g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= 2.4 / (porcja 570g) = 13,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 570g) = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.4 / (porcja 570g) = 68,80 g cukry suma (100g)= 9.6 / (porcja 570g) = 53,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 / (porcja 570g) = 7,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 570g) = 1,40 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 009,10 kcal Białko ogółem 90,10 g Tłuszcz 64,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,50 g Węglowodny przyswajalne 249,50 g cukry suma 92,30 g Błonnik pokarmowy 38,40 g Sól 4,70 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 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota	12- Papkowieta	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	Serek z hem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136.4 / (porcja 100g) = 136,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15.3 / (porcja 100g) = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4.2 / (porcja 100g) = 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 / (porcja 100g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 / (porcja 100g) = 9,80 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 100g) = 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 100g) = 0,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 100g) = 0,10 g	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 188.4 / (porcja 301g) = 570,90 kcal Białko ogółem (100g)= 8.8 / (porcja 301g) = 26,70 g Tłuszcz (100g)= 7.6 / (porcja 301g) = 22,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 301g) = 3,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.7 / (porcja 301g) = 59,70 g cukry suma (100g)= 3.2 / (porcja 301g) = 9,80 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 (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] 1 980,30 kcal Białko ogółem 102,10 g Tłuszcz 75,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,80 g Węglowodny przyswajalne 215,70 g cukry suma 32,10 g Błonnik pokarmowy 25,70 g Sól 1,00 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota	14- Płynna wzmacniająca	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.5 / (porcja 500g) = 447,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 500g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 3.8 / (porcja 500g) = 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 500g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 / (porcja 500g) = 51,10 g cukry suma (100g)= .4 / (porcja 500g) = 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 / (porcja 500g) = 3,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 500g) = 0,10 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.2 / (porcja 500g) = 431,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 / (porcja 500g) = 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.8 / (porcja 500g) = 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 500g) = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 / (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	Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 148.4 / (porcja 301g) = 449,80 kcal Białko ogółem (100g)= 7 / (porcja 301g) = 21,20 g Tłuszcz (100g)= 6.5 / (porcja 301g) = 19,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.4 / (porcja 301g) = 7,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 / (porcja 301g) = 43,40 g cukry suma (100g)= 2.5 / (porcja 301g) = 7,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.7 / (porcja 301g) = 11,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,20 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.2 / (porcja 500g) = 431,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 / (porcja 500g) = 22,80 g Tłuszcz (100g)= 2.8 / (porcja 500g) = 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 / (porcja 500g) = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.6 / (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 (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] 2 206,40 kcal Białko ogółem 100,40 g Tłuszcz 85,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 252,00 g cukry suma 41,50 g Błonnik pokarmowy 21,30 g Sól 1,20 g	

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowca)	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE.) Pomidor 100g-2szt Serek z Inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 679,20 kcal Białko ogółem 39,40 g Tłuszcz 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,50 g Węglowodny przyswajalne 55,00 g cukry suma 13,10 g Błonnik pokarmowy 13,40 g Sól 2,60 g		herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] 940,00 kcal Białko ogółem 34,70 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 137,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 30,80 g Sól 2,10 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszemno-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 419,10 kcal Białko ogółem 19,20 g Tłuszcz 5,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 68,70 g cukry suma 53,60 g Błonnik pokarmowy 10,20 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 036,30 kcal Białko ogółem 93,30 g Tłuszcz 64,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,60 g Węglowodny przyswajalne 261,60 g cukry suma 88,50 g Błonnik pokarmowy 54,50 g Sól 5,60 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 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota 9- Bogatobiałkowa	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.) Jajko gotowane 1szt -50g (JAJ.) szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,7/(porcja 560g) = 470,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4/(porcja 560g) = 24,20 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 560g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,4/(porcja 560g) = 7,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7/(porcja 560g) = 38,90 g cukry suma (100g)= 1,8/(porcja 560g) = 10,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1/(porcja 560g) = 5,80 g Sól (100g)= .3/(porcja 560g) = 1,80 g	Serek z Inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,4/(porcja 100g) = 136,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15,3/(porcja 100g) = 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4,2/(porcja 100g) = 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,3/(porcja 100g) = 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8/(porcja 100g) = 9,80 g cukry suma (100g)= 2,1/(porcja 100g) = 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8/(porcja 100g) = 0,80 g Sól (100g)= .1/(porcja 100g) = 0,10 g	herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE.) Kalafor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86,9/(porcja 1120g) = 965,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,7/(porcja 1120g) = 40,50 g Tłuszcz (100g)= 3,2/(porcja 1120g) = 35,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1120g) = 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,6/(porcja 1120g) = 106,80 g cukry suma (100g)= 1,4/(porcja 1120g) = 15,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2/(porcja 1120g) = 24,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 1120g) = 0,50 g	ogurt naturalny 150g (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 116,3/(porcja 150g) = 173,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5/(porcja 150g) = 8,30 g Tłuszcz (100g)= 2,3/(porcja 150g) = 3,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6/(porcja 150g) = 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 18,5/(porcja 150g) = 27,60 g cukry suma (100g)= 13,7/(porcja 150g) = 20,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= .2/(porcja 150g) = 0,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 150g) = 0,20 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.) Szynka łosłowa z kurcząt 60g (SOJ.) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,3/(porcja 585g) = 496,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4/(porcja 585g) = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 2,3/(porcja 585g) = 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2/(porcja 585g) = 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,5/(porcja 585g) = 55,80 g cukry suma (100g)= 9,1/(porcja 585g) = 53,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6/(porcja 585g) = 9,50 g Sól (100g)= .1/(porcja 585g) = 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 241,60 kcal Białko ogółem 108,30 g Tłuszcz 73,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,60 g Węglowodny przyswajalne 238,90 g cukry suma 101,20 g Błonnik pokarmowy 41,00 g Sól 3,10 g	

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota 6-Z ograniczeniem łatwo przyswajalnego węglowod. (Cukrzycowa)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) szynka beszkińska - wędlina wiewprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wiewprzowego 60g W (SOJ, MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.4 /porcja 585g)= 490,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /porcja 585g)= 24,10 g Tłuszcz (100g)= 3.9 /porcja 585g)= 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 585g)= 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.8 /porcja 585g)= 40,20 g cukry suma (100g)= 1 /porcja 585g)= 6,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /porcja 585g)= 12,70 g Sól (100g)= .4 /porcja 585g)= 2,50 g	Serek z inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,40 kcal Białko ogółem (100g)= 15.3 /porcja 100g)= 15,30 g Tłuszcz (100g)= 4.2 /porcja 100g)= 4,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.3 /porcja 100g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /porcja 100g)= 9,80 g cukry suma (100g)= 2.1 /porcja 100g)= 2,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /porcja 100g)= 0,80 g Sól (100g)= .1 /porcja 100g)= 0,10 g	Herbata bez cukru 250 ml Szczawiowa z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.6 /porcja 1120g)= 928,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /porcja 1120g)= 34,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 1120g)= 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /porcja 1120g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /porcja 1120g)= 134,90 g cukry suma (100g)= 1.7 /porcja 1120g)= 18,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /porcja 1120g)= 30,90 g Sól (100g)= .2 /porcja 1120g)= 2,10 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe e 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka łosłowa z kurczątką 60g (SOJ) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.9 /porcja 560g)= 394,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /porcja 560g)= 18,20 g Tłuszcz (100g)= 2.4 /porcja 560g)= 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 560g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /porcja 560g)= 44,70 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 560g)= 12,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /porcja 560g)= 9,30 g Sól (100g)= .3 /porcja 560g)= 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 40g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 172.5 /porcja 100g)= 172,50 kcal Białko ogółem (100g)= 11.1 /porcja 100g)= 11,10 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 100g)= 2,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /porcja 100g)= 1,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 24.1 /porcja 100g)= 24,10 g cukry suma (100g)= 3.5 /porcja 100g)= 3,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.8 /porcja 100g)= 4,80 g Sól (100g)= .8 /porcja 100g)= 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 122,00 kcal Białko ogółem 103,50 g Tłuszcz 71,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,60 g Węglowodny przyswajalne 253,70 g cukry suma 42,60 g Błonnik pokarmowy 58,50 g Sól 6,90 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 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota GL- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 2szt-100g (JAJ) Pomidor 100g-2szt Serek naturalny z inem 100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.2 /porcja 665g)= 587,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5 /porcja 665g)= 33,60 g Tłuszcz (100g)= 4.4 /porcja 665g)= 29,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 /porcja 665g)= 11,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6.9 /porcja 665g)= 45,90 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 665g)= 14,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /porcja 665g)= 2,40 g Sól (100g)= .2 /porcja 665g)= 1,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemiakami 300ml bez glutenu (SEL) Ziemiaki 300g A Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g bez glutenowa (JAJ) Sos naturalny 120g b/m A Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 75 /porcja 1220g)= 937,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /porcja 1220g)= 32,60 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /porcja 1220g)= 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.9 /porcja 1220g)= 149,20 g cukry suma (100g)= 2.2 /porcja 1220g)= 27,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.8 /porcja 1220g)= 35,30 g Sól (100g)= .2 /porcja 1220g)= 2,10 g		Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE) Szynka łosłowa z kurczątką 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 77.2 /porcja 600g)= 454,20 kcal Białko ogółem (100g)= 2.1 /porcja 600g)= 12,20 g Tłuszcz (100g)= 3 /porcja 600g)= 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /porcja 600g)= 6,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /porcja 600g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 9.4 /porcja 600g)= 55,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /porcja 600g)= 6,10 g Sól (100g)= .3 /porcja 600g)= 1,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 979,30 kcal Białko ogółem 78,40 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,60 g Węglowodny przyswajalne 254,10 g cukry suma 97,00 g Błonnik pokarmowy 43,80 g Sól 5,00 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-05-04 sobota ML - Bezzmleczna	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kiwi 100g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 82.4 / (porcja 655g) = 549,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 655g) = 21,30 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 655g) = 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 / (porcja 655g) = 8,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 / (porcja 655g) = 47,60 g cukry suma (100g)= 2.7 / (porcja 655g) = 17,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 655g) = 7,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 655g) = 0,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawliowa z ziemniakami 300ml bez mleczna (GLU Psz, SEL.) Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Roladka drobiowa pieczona z marchewką 100g bez glutenowa (JA.J.) Sos naturalny 120g b/m A Kalaflor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85 / (porcja 1170g) = 944,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 1170g) = 37,30 g Tłuszcz (100g)= 3.3 / (porcja 1170g) = 36,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1170g) = 3,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.2 / (porcja 1170g) = 102,60 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 1170g) = 15,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 / (porcja 1170g) = 24,30 g Sól (100g)= .3 / (porcja 1170g) = 3,50 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka tostowa z kurcząt 60g (SO.J.) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90 / (porcja 590g) = 529,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 / (porcja 590g) = 20,00 g Tłuszcz (100g)= 3 / (porcja 590g) = 17,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 590g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.5 / (porcja 590g) = 55,80 g cukry suma (100g)= 9.1 / (porcja 590g) = 53,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 / (porcja 590g) = 9,50 g Sól (100g)= .1 / (porcja 590g) = 0,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 023,00 kcal Białko ogółem 78,60 g Tłuszcz 76,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,70 g Węglowodny przyswajalne 206,20 g cukry suma 86,40 g Błonnik pokarmowy 41,40 g Sól 4,50 g

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA		
2024-05-04 sobota We - Wegetariańska	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.) Jajko gotowane 2szt-100g (JA.J.) Pomidor 100g-2szt Serek z inem1 płatkami owsianymi mi 100g (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.3 / (porcja 650g) = 601,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 / (porcja 650g) = 35,80 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 650g) = 22,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 650g) = 10,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.1 / (porcja 650g) = 47,50 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 650g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 650g) = 6,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 650g) = 0,40 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawliowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Potrawka warzywna z cukinią 200g (GLU Psz, MLE.) Surowka po zydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.1 / (porcja 1150g) = 822,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1.9 / (porcja 1150g) = 20,80 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 1150g) = 28,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1150g) = 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 / (porcja 1150g) = 110,80 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 1150g) = 24,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 1150g) = 22,70 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1150g) = 2,00 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.) Pasztet sojowy 1szt-100g (SO.J, GOR.) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.8 / (porcja 625g) = 674,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 / (porcja 625g) = 15,70 g Tłuszcz (100g)= 5.3 / (porcja 625g) = 33,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 625g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 / (porcja 625g) = 59,70 g cukry suma (100g)= 8.6 / (porcja 625g) = 54,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 / (porcja 625g) = 11,80 g Sól (100g)= .3 / (porcja 625g) = 1,80 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 098,40 kcal Białko ogółem 72,30 g Tłuszcz 84,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 218,00 g cukry suma 90,40 g Błonnik pokarmowy 41,10 g Sól 4,20 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 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-04 sobota C1- Dieta podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłazisty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) szynka beszkidzka - wędlna wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE) Pomidor 100g-2szt Serek z Inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows) Wartość energetyczna[kcal] 646,00 kcal Białko ogółem 39,40 g Tłuszcz 27,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9,70 g Węglowodny przyswajalne 54,90 g cukry suma 13,10 g Błonnik pokarmowy 13,40 g Sól 2,60 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] 940,00 kcal Białko ogółem 34,70 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 137,90 g cukry suma 21,80 g Błonnik pokarmowy 30,90 g Sól 2,10 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) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1 szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 493,90 kcal Białko ogółem 19,30 g Tłuszcz 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 68,80 g cukry suma 53,60 g Błonnik pokarmowy 10,20 g Sól 0,90 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 079,90 kcal Białko ogółem 93,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Węglowodny przyswajalne 261,60 g cukry suma 88,50 g Błonnik pokarmowy 54,50 g Sól 5,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-04 sobota C2- Dieta Latwostrawna	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) Jajko gotowane 1 szt -50g (JAJ) szynka beszkidzka - wędlna wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SOJ, MLE) Pomidor sparzony 100g 2 szt Serek z Inem i płatkami owsianymi 100g (MLE, GLU Ows) Wartość energetyczna[kcal] 606,70 kcal Białko ogółem 39,50 g Tłuszcz 21,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,10 g Węglowodny przyswajalne 48,70 g cukry suma 12,10 g Błonnik pokarmowy 6,60 g Sól 1,90 g		herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU Psz, MLE) Roladka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Kalafor duszony z ziołami 150g A Wartość energetyczna[kcal] 897,20 kcal Białko ogółem 38,20 g Tłuszcz 34,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 95,90 g cukry suma 14,80 g Błonnik pokarmowy 22,60 g Sól 3,40 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) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Dżem porcjowany 1 szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 496,00 kcal Białko ogółem 20,00 g Tłuszcz 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,90 g Węglowodny przyswajalne 55,80 g cukry suma 53,70 g Błonnik pokarmowy 9,60 g Sól 0,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 999,90 kcal Białko ogółem 97,70 g Tłuszcz 69,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 200,40 g cukry suma 80,60 g Błonnik pokarmowy 38,70 g Sól 5,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota C3 Ograniczenie kw. przys. węgl. (Cukrzyca w Matki)	Herbata bez cukru 250 ml Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Jajko gotowane 1szt -50g (JA,J) szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SO,J, MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 468,60 kcal Białko ogółem 24,10 g Tłuszcz 20,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 40,10 g cukry suma 5,90 g Błonnik pokarmowy 12,70 g Sól 2,50 g	Serek z Inem i płatkami owsianymi 200g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 275,60 kcal Białko ogółem 37,70 g Tłuszcz 8,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 13,30 g cukry suma 5,70 g Błonnik pokarmowy 0,80 g Sól 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza pęczak gotowana 200g A (GLU Psz.) Rolaćka drobiowa pieczona 150g A (GLU Psz, JA,J, SO,J, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka po żydowsku 150g Wartość energetyczna[kcal] 960,60 kcal Białko ogółem 43,60 g Tłuszcz 28,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 134,40 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sól 2,00 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SO,J) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 372,30 kcal Białko ogółem 18,20 g Tłuszcz 11,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 44,70 g cukry suma 12,10 g Błonnik pokarmowy 9,30 g Sól 1,40 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Twarożek z pietruszką 60g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 211,30 kcal Białko ogółem 17,20 g Tłuszcz 3,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 25,30 g cukry suma 4,50 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,40 kcal Białko ogółem 140,80 g Tłuszcz 72,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,70 g Węglowodny przyswajalne 257,80 g cukry suma 46,40 g Błonnik pokarmowy 58,30 g Sól 6,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-04 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-04 sobota P1 - Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb wielozłamiasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Jajko gotowane 1szt -50g (JA,J) szynka beszkidzka - wędlina wieprzowa parzona z dodatkiem wody, białka wieprzowego 60g W (SO,J, MLE) Pomidor 100g-2szt Wartość energetyczna[kcal] 411,20 kcal Białko ogółem 21,20 g Tłuszcz 18,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 36,60 g cukry suma 9,50 g Błonnik pokarmowy 6,40 g Sól 1,90 g	Serek z Inem i płatkami owsianymi 60g A (MLE, GLU Ows.) Wartość energetyczna[kcal] 88,00 kcal Białko ogółem 7,50 g Tłuszcz 2,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,20 g Węglowodny przyswajalne 8,50 g cukry suma 0,90 g Błonnik pokarmowy 0,80 g Sól 0,10 g	herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Szczawiowa z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLU Psz.) Rolaćka drobiowa pieczona z marchwką 100g A (GLU Psz, JA,J, SO,J, GLU Jęcz.) Sos naturalny 120g A (GLU Psz, MLE) Surówka po żydowsku 100g Wartość energetyczna[kcal] 708,00 kcal Białko ogółem 31,80 g Tłuszcz 23,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,30 g Węglowodny przyswajalne 85,40 g cukry suma 18,20 g Błonnik pokarmowy 17,70 g Sól 1,60 g		Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SO,J) Dżem porcjowany 1szt-25g Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 420,40 kcal Białko ogółem 16,70 g Tłuszcz 13,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,80 g Węglowodny przyswajalne 55,80 g cukry suma 52,70 g Błonnik pokarmowy 7,40 g Sól 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 627,60 kcal Białko ogółem 77,20 g Tłuszcz 57,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,80 g Węglowodny przyswajalne 186,30 g cukry suma 81,30 g Błonnik pokarmowy 32,30 g Sól 4,00 g