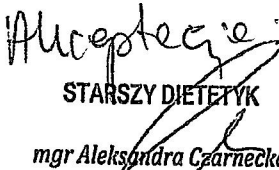


Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela	1-Podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek naturalny 120g A (MLE) ogórek 50g Ciaszko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 122.1/(porcja 595g)= 716,40 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 595g)= 35,10 g Tłuszcz (100g)= 5.5/(porcja 595g)= 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.1/(porcja 595g)= 18,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.1/(porcja 595g)= 59,40 g cukry suma (100g)= 4.6 /(porcja 595g)= 26,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.5/(porcja 595g)= 26,20 g Sól (100g)= .3/(porcja 595g)= 1,50 g		Herbata malinowa a 250ml A Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 250g A (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.4/(porcja 1150g)= 949,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1150g)= 41,70 g Tłuszcz (100g)= 1.8/(porcja 1150g)= 20,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1150g)= 2,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3/(porcja 1150g)= 136,60 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1150g)= 18,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1/(porcja 1150g)= 34,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 1150g)= 0,40 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) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.5/(porcja 600g)= 596,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 600g)= 18,10 g Tłuszcz (100g)= 3.1/(porcja 600g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 600g)= 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5/(porcja 600g)= 85,00 g cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 600g)= 20,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7/(porcja 600g)= 10,10 g Sól (100g)= .2/(porcja 600g)= 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 264,40 kcal Białko ogółem 94,90 g Tłuszcz 71,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,60 g Węglowodny przyswajalne 281,00 g cukry suma 66,30 g Błonnik pokarmowy 70,60 g Sól 2,90 g


 STARSZY DIETETYK
 mgr Aleksandra Czarnicka

29.04.2024

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela	2-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) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Ciaszko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 126.5/(porcja 570g)= 702,60 kcal Białko ogółem (100g)= 6.3 /(porcja 570g)= 35,10 g Tłuszcz (100g)= 5.3/(porcja 570g)= 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.4/(porcja 570g)= 18,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.4/(porcja 570g)= 52,40 g cukry suma (100g)= 4.6 /(porcja 570g)= 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5/(porcja 570g)= 19,30 g Sól (100g)= .1/(porcja 570g)= 0,80 g		Herbata malinowa a 250ml A Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.5/(porcja 1100g)= 950,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 /(porcja 1100g)= 44,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9/(porcja 1100g)= 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3/(porcja 1100g)= 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3/(porcja 1100g)= 136,30 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 1100g)= 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 1100g)= 22,00 g Sól (100g)= 0/(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 rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.1/(porcja 600g)= 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 600g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3.1/(porcja 600g)= 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1/(porcja 600g)= 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5/(porcja 600g)= 73,40 g cukry suma (100g)= 3.8 /(porcja 600g)= 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5/(porcja 600g)= 8,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 600g)= 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 253,20 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 68,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 262,10 g cukry suma 66,70 g Błonnik pokarmowy 49,90 g Sól 1,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela 12- Pappkowała	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU, Psz, 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) = 2,50 g Weglowodny 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	Jogurt naturalny z dodatkiem gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 200g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65,7 / (porcja 200g) = 131,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 / (porcja 200g) = 7,80 g Tłuszcz (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 200g) = 2,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 6 / (porcja 200g) = 12,10 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 200g) = 3,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 / (porcja 200g) = 4,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU, Psz, MLE, SEL, GLU, Żyt) Mieso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 210 / (porcja 301g) = 636,40 kcal Białko ogółem (100g)= 10,6 / (porcja 301g) = 32,10 g Tłuszcz (100g)= 7,6 / (porcja 301g) = 23,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 301g) = 3,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 22,6 / (porcja 301g) = 68,40 g cukry suma (100g)= 3,1 / (porcja 301g) = 9,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 6,6 / (porcja 301g) = 20,10 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,40 g	Ryż na mle+masło+mieso 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 Weglowodny 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 Weglowodny 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] 2 040,90 kcal Białko ogółem 100,00 g Tłuszcz 76,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,80 g Weglowodny przyswajalne 226,70 g cukry suma 33,30 g Błonnik pokarmowy 33,10 g Sól 1,20 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela 14- Płynna wzmacniona	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 Weglowodny 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 Weglowodny 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	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU, Psz, MLE, SEL, GLU, Żyt) Mieso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 170 / (porcja 301g) = 515,30 kcal Białko ogółem (100g)= 8,8 / (porcja 301g) = 26,80 g Tłuszcz (100g)= 6,5 / (porcja 301g) = 19,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 / (porcja 301g) = 7,20 g Weglowodny przyswajalne (100g)= 17,2 / (porcja 301g) = 52,10 g cukry suma (100g)= 2,4 / (porcja 301g) = 7,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5,1 / (porcja 301g) = 15,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 301g) = 0,30 g	Ryż na mle+masło+mieso 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 Weglowodny 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)= 91,3 / (porcja 500g) = 456,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 500g) = 16,80 g Tłuszcz (100g)= 4 / (porcja 500g) = 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 500g) = 2,30 g Weglowodny 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] 2 175,10 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 75,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,90 g Weglowodny przyswajalne 260,70 g cukry suma 41,20 g Błonnik pokarmowy 25,30 g Sól 1,30 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela 6Z ograniczeniem laktyno przys.węgl(Cukrzyczona)	Herbata bez cukru 250 ml chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) ogórek 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118,9 / (porcja 595g)= 69,20 kcal Białko ogółem (100g)= 6 / (porcja 595g) = 35,10 g Tłuszcz (100g)= 5.5 / (porcja 595g) = 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 595g) = 18,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.3 / (porcja 595g) = 54,40 g cukry suma (100g)= 3.7 / (porcja 595g) = 21,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.5 / (porcja 595g) = 26,20 g Sól (100g)= .3 / (porcja 595g)= 1,50 g	Jogurt naturalny z dodatkami gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 200g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65.7 / (porcja 200g)= 131,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 200g) = 7,80 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 200g) = 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 200g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6 / (porcja 200g) = 12,10 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 200g) = 3,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 200g) = 4,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g)= 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.3 / (porcja 1100g)= 94,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.3 / (porcja 1100g) = 47,70 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 1100g) = 133,10 g cukry suma (100g)= 1.2 / (porcja 1100g) = 13,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.2 / (porcja 1100g) = 35,80 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g)= 0,40 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasła rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JA., RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 91.6 / (porcja 600g)= 53,90 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 600g) = 17,00 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 600g) = 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 600g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 / (porcja 600g)= 71,00 g cukry suma (100g)= 2.7 / (porcja 600g) = 16,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 600g) = 11,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 600g)= 1,50 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło 10g (MLE.) Szynka bosiwa z kurczak 40g (SO.) Mik sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 180.2 / (porcja 140g)= 253,70 kcal Białko ogółem (100g)= 8.2 / (porcja 140g) = 11,60 g Tłuszcz (100g)= 8.2 / (porcja 140g) = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2 / (porcja 140g) = 5,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.5 / (porcja 140g)= 23,20 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 140g) = 1,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 / (porcja 140g) = 5,00 g Sól (100g)= .6 / (porcja 140g)= 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 571,60 kcal Białko ogółem 119,20 g Tłuszcz 85,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 35,80 g Węglowodny przyswajalne 293,80 g cukry suma 57,00 g Błonnik pokarmowy 83,10 g Sól 4,50 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Oblad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela GI- Bezglutenowa	Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) ogórek 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 108.3 / (porcja 585g)= 637,30 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 / (porcja 585g) = 27,40 g Tłuszcz (100g)= 5.2 / (porcja 585g) = 30,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 585g) = 18,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 / (porcja 585g) = 56,30 g cukry suma (100g)= 4.7 / (porcja 585g) = 27,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.7 / (porcja 585g) = 16,00 g Sól (100g)= .3 / (porcja 585g)= 1,70 g		Herbata malinowa 250ml A Jarzynowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (MLE.) Ziemniaki 300g A Sos mięsny pomidorowy z soczewicą b/g 200g (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.9 / (porcja 1200g)= 923,30 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 / (porcja 1200g) = 30,60 g Tłuszcz (100g)= 1.7 / (porcja 1200g) = 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 1200g) = 6,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 / (porcja 1200g)= 142,50 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 1200g) = 20,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.1 / (porcja 1200g) = 38,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1200g) = 1,30 g		Herbata z cukrem 250ml A chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (MLE.) Pasła rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JA., RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.1 / (porcja 615g)= 557,10 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 615g) = 11,00 g Tłuszcz (100g)= 3.6 / (porcja 615g) = 22,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 615g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12 / (porcja 615g) = 75,20 g cukry suma (100g)= 3.6 / (porcja 615g) = 22,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 615g) = 5,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 615g)= 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 117,70 kcal Białko ogółem 69,00 g Tłuszcz 73,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,90 g Węglowodny przyswajalne 274,00 g cukry suma 70,30 g Błonnik pokarmowy 60,20 g Sól 4,60 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela C1- Dieta podstawowa	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłamiasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) ogórek 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] 718,40 kcal Białko ogółem 35,10 g Tłuszcz 32,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,20 g Węglowodny przyswajalne 59,40 g cukry suma 26,80 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 1,50 g		Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 980,80 kcal Białko ogółem 47,60 g Tłuszcz 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 141,60 g cukry suma 18,70 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 0,40 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.) Pasta rybna pomidorami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 596,80 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 85,00 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 10,10 g Sól 1,00 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 296,00 kcal Białko ogółem 100,80 g Tłuszcz 69,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,70 g Węglowodny przyswajalne 286,00 g cukry suma 66,40 g Błonnik pokarmowy 72,10 g Sól 2,90 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela 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.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] 702,60 kcal Białko ogółem 35,10 g Tłuszcz 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,70 g Węglowodny przyswajalne 52,40 g cukry suma 25,30 g Błonnik pokarmowy 19,30 g Sól 0,80 g		Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 950,00 kcal Białko ogółem 44,50 g Tłuszcz 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,20 g Węglowodny przyswajalne 136,30 g cukry suma 19,00 g Błonnik pokarmowy 22,00 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.) Pasta rybna pomidorami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] 600,60 kcal Białko ogółem 18,60 g Tłuszcz 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,50 g Węglowodny przyswajalne 73,40 g cukry suma 22,40 g Błonnik pokarmowy 8,60 g Sól 0,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 253,20 kcal Białko ogółem 98,20 g Tłuszcz 68,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 262,10 g cukry suma 66,70 g Błonnik pokarmowy 49,90 g Sól 1,90 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela C3-Ograniczenie kalw.przys. weglu(Cukrzyca/Maiki)	Herbata bez cukru 250 ml Chleb wielozłazniasty 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Twarożek naturalny 120g A (MLE.) ogórek 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] 677,50 kcal Białko ogółem 35,10 g Tłuszcz 30,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,00 g Węglowodny przyswajalne 54,30 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 1,50 g	Jogurt naturalny z dodatkiem gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 200g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 131,50 kcal Białko ogółem 7,80 g Tłuszcz 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 12,10 g cukry suma 3,60 g Błonnik pokarmowy 4,20 g Sól 0,20 g	Herbata bez cukru 250 ml Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 250g A (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 952,30 kcal Białko ogółem 51,60 g Tłuszcz 13,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,70 g Węglowodny przyswajalne 139,70 g cukry suma 14,00 g Błonnik pokarmowy 38,50 g Sól 0,50 g		Herbata bez cukru 250 ml Pieczywo żytnio-pszenno-razowe e 90g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 200g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 493,80 kcal Białko ogółem 35,90 g Tłuszcz 10,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 70,90 g cukry suma 16,10 g Błonnik pokarmowy 11,90 g Sól 1,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyntka tostowa z kurcząt 40g (SOJ.) Mix sałat 30g Wartość energetyczna[kcal] 232,60 kcal Białko ogółem 11,50 g Tłuszcz 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,20 g Węglowodny przyswajalne 23,10 g cukry suma 1,80 g Błonnik pokarmowy 5,00 g Sól 0,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 487,50 kcal Białko ogółem 141,90 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,10 g Węglowodny przyswajalne 300,10 g cukry suma 57,20 g Błonnik pokarmowy 85,80 g Sól 4,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela P1- Dieta Podstawowa Dziecięca	Herbata z cukrem 250ml A Chleb wielozłazniasty 40g (GLU Ows, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) ogórek 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] 620,00 kcal Białko ogółem 32,20 g Tłuszcz 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 50,90 g cukry suma 25,30 g Błonnik pokarmowy 20,00 g Sól 0,90 g	Jogurt naturalny z dodatkiem gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 100g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 114,80 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 2,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,00 g Węglowodny przyswajalne 15,40 g cukry suma 11,60 g Błonnik pokarmowy 4,00 g Sól 0,10 g	Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotowany 100g A (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw gotowany 100g Wartość energetyczna[kcal] 804,10 kcal Białko ogółem 38,70 g Tłuszcz 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 112,60 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 22,70 g Sól 0,50 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.) Pasta rybna pomidorowa z warzywami 60g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] 433,80 kcal Białko ogółem 10,50 g Tłuszcz 17,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,30 g Węglowodny przyswajalne 57,20 g cukry suma 9,30 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,40 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 027,50 kcal Białko ogółem 86,20 g Tłuszcz 65,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,20 g Węglowodny przyswajalne 247,20 g cukry suma 72,50 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 1,90 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela	ML-Bezmielczna	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 Pasta roślinna 1szt-75g (GLU Psz, SOJ, GOR.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 134.2 / (porcja 530g) = 706,50 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 530g) = 15,50 g Tłuszcz (100g)= 6.9 / (porcja 530g) = 36,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3 / (porcja 530g) = 15,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.8 / (porcja 530g) = 56,90 g cukry suma (100g)= 4.9 / (porcja 530g) = 25,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 / (porcja 530g) = 21,60 g Sól (100g)= .3 / (porcja 530g) = 1,70 g		Herbata malinowa a 250ml A Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g b/g (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.7 / (porcja 1100g) = 829,90 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 1100g) = 20,20 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 1100g) = 28,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 2,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 / (porcja 1100g) = 116,20 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 1100g) = 17,00 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1100g) = 0,80 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 pasta rybna pomidorowa z warzywami 120g b/m (RYB, SEL.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.9 / (porcja 625g) = 612,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3 / (porcja 625g) = 18,50 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 625g) = 19,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1 / (porcja 625g) = 6,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.7 / (porcja 625g) = 73,30 g cukry suma (100g)= 3.6 / (porcja 625g) = 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 / (porcja 625g) = 8,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 625g) = 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 148,50 kcal Białko ogółem 54,20 g Tłuszcz 83,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,00 g Węglowodny przyswajalne 246,40 g cukry suma 64,60 g Błonnik pokarmowy 47,20 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela	We-Wegielniarska	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 Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Ciastko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 125.1 / (porcja 575g) = 739,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6 / (porcja 575g) = 35,10 g Tłuszcz (100g)= 5.7 / (porcja 575g) = 33,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.1 / (porcja 575g) = 18,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 / (porcja 575g) = 52,40 g cukry suma (100g)= 4.3 / (porcja 575g) = 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.3 / (porcja 575g) = 19,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 575g) = 0,80 g		Herbata malinowa a 250ml A Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos pomidorowy z soczewicą i ziołami 200g b/g (SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.8 / (porcja 1100g) = 897,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.9 / (porcja 1100g) = 32,10 g Tłuszcz (100g)= 1.4 / (porcja 1100g) = 15,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 / (porcja 1100g) = 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 / (porcja 1100g) = 146,50 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 1100g) = 20,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1100g) = 25,90 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 rybna pomidorowa z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.1 / (porcja 600g) = 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 600g) = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 600g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 600g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 / (porcja 600g) = 73,40 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 600g) = 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 600g) = 8,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 600g) = 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 234,10 kcal Białko ogółem 85,80 g Tłuszcz 66,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,80 g Węglowodny przyswajalne 272,30 g cukry suma 67,90 g Błonnik pokarmowy 53,80 g Sól 1,90 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela 7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sarrowe)	Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 115g (GLU Ows, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Twarożek naturalny 120g A (MLE) ogórek 50g Wartość energetyczna[kcal] 544,60 kcal Białko ogółem 31,50 g Tłuszcz 24,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,40 g Węglowodny przyswajalne 45,40 g cukry suma 12,30 g Błonnik pokarmowy 11,70 g Sól 1,30 g		Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] 980,80 kcal Białko ogółem 47,60 g Tłuszcz 18,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,00 g Węglowodny przyswajalne 141,60 g cukry suma 18,70 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 0,40 g			Herbata z cukrem 250ml A Chleb żytnio-pszenny 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Pieczywo żytnio-pszenna-razowe 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko 150g Wartość energetyczna[kcal] 630,00 kcal Białko ogółem 18,10 g Tłuszcz 21,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,30 g Węglowodny przyswajalne 85,00 g cukry suma 20,90 g Błonnik pokarmowy 10,10 g Sól 1,00 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 155,40 kcal Białko ogółem 97,20 g Tłuszcz 64,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,70 g Węglowodny przyswajalne 272,00 g cukry suma 51,90 g Błonnik pokarmowy 57,60 g Sól 2,70 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-05 niedziela 9- Bogalobakowa	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) Twarożek naturalny 120g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Ciaszko kokosowe 1szt-50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 126,5 / (porcja 570g)= 702,60 kcal Białko ogółem (100g)= 6,3 / (porcja 570g) = 35,10 g Tłuszcz (100g)= 5,3 / (porcja 570g) = 29,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,4 / (porcja 570g) = 18,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,4 / (porcja 570g) = 52,40 g cukry suma (100g)= 4,6 / (porcja 570g) = 25,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3,5 / (porcja 570g) = 19,30 g Sól (100g)= .1 / (porcja 570g)= 0,80 g	Jogurt naturalny z dodatkami gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 200g A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65,7 / (porcja 200g)= 131,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,9 / (porcja 200g) = 7,80 g Tłuszcz (100g)= 2,3 / (porcja 200g) = 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 200g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6 / (porcja 200g) = 12,10 g cukry suma (100g)= 1,8 / (porcja 200g) = 3,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,1 / (porcja 200g) = 4,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g)= 0,20 g	Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotowany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny pomidorowy z soczewicą 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92,4 / (porcja 1100g)= 1 026,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,2 / (porcja 1100g) = 46,20 g Tłuszcz (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 18,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 2,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 / (porcja 1100g) = 155,30 g cukry suma (100g)= 1,7 / (porcja 1100g) = 19,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,5 / (porcja 1100g) = 27,40 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g)= 0,40 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)= 15,30 g / (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 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 rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabłko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102,1 / (porcja 600g)= 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 / (porcja 600g) = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3,1 / (porcja 600g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 / (porcja 600g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,5 / (porcja 600g)= 73,40 g cukry suma (100g)= 3,8 / (porcja 600g) = 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 / (porcja 600g) = 8,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 600g)= 0,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 598,00 kcal Białko ogółem 123,00 g Tłuszcz 75,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 32,50 g Węglowodny przyswajalne 303,00 g cukry suma 72,50 g Błonnik pokarmowy 60,30 g Sól 2,10 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 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA		
2024-05-05 niedziela 3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata z cukrem 250ml A 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 Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.2 / (porcja 510g) = 420,80 kcal Białko ogółem (100g)= 6.3 / (porcja 510g) = 31,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 510g) = 9,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 / (porcja 510g) = 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 / (porcja 510g) = 38,40 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 510g) = 10,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 / (porcja 510g) = 4,80 g Sól (100g)= .1 / (porcja 510g) = 0,50 g		Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotwany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.5 / (porcja 1100g) = 950,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1100g) = 44,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 / (porcja 1100g) = 136,30 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 22,00 g Sól (100g)= 0 / (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 rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Jabko gotwane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 102.1 / (porcja 600g) = 600,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 / (porcja 600g) = 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3.1 / (porcja 600g) = 17,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 600g) = 6,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 / (porcja 600g) = 73,40 g cukry suma (100g)= 3.8 / (porcja 600g) = 22,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 / (porcja 600g) = 8,60 g Sól (100g)= .1 / (porcja 600g) = 0,60 g			Wartość energetyczna[kcal] 1 971,40 kcal Białko ogółem 94,60 g Tłuszcz 47,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,40 g Węglowodny przyswajalne 248,10 g cukry suma 52,20 g Błonnik pokarmowy 35,40 g Sól 1,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 3 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: 2024-04-29 09:48:42

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-05-05 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2024-05-05 niedziela 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku.zołądek.	Herbata z cukrem 250ml A Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Twarożek naturalny 120g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.4 / (porcja 505g) = 477,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6 / (porcja 505g) = 30,10 g Tłuszcz (100g)= 3.4 / (porcja 505g) = 16,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 505g) = 9,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.3 / (porcja 505g) = 51,40 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 505g) = 10,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .6 / (porcja 505g) = 2,90 g Sól (100g)= .3 / (porcja 505g) = 1,40 g	Jogurt naturalny z dodatkiem gotowanej porzeczki i siemieniem lnianym 200g A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 65.7 / (porcja 200g) = 131,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 200g) = 7,80 g Tłuszcz (100g)= 2.3 / (porcja 200g) = 4,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 / (porcja 200g) = 2,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 6 / (porcja 200g) = 12,10 g cukry suma (100g)= 1.8 / (porcja 200g) = 3,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.1 / (porcja 200g) = 4,20 g Sól (100g)= .1 / (porcja 200g) = 0,20 g	Herbata malinowa 250ml A Zurek z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Makaron gotwany 200g (GLU Psz.) Sos mięsny ala bolognese 200g (GLU Psz, SEL.) Bukiet warzyw duszony 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 85.5 / (porcja 1100g) = 950,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4 / (porcja 1100g) = 44,50 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1100g) = 20,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 / (porcja 1100g) = 3,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 / (porcja 1100g) = 136,30 g cukry suma (100g)= 1.7 / (porcja 1100g) = 19,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1100g) = 22,00 g Sól (100g)= 0 / (porcja 1100g) = 0,50 g	Jabko gotwane 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 masło porcjowane 10g (MLE.) Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Pasta rybna pomidorowami z warzywami 120g A (JAJ, RYB, SEL, GOR.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 132.1 / (porcja 445g) = 600,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.7 / (porcja 445g) = 16,90 g Tłuszcz (100g)= 5.6 / (porcja 445g) = 25,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.6 / (porcja 445g) = 11,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.3 / (porcja 445g) = 74,10 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 445g) = 10,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 445g) = 5,20 g Sól (100g)= .3 / (porcja 445g) = 1,50 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 215,40 kcal Białko ogółem 99,60 g Tłuszcz 67,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 286,30 g cukry suma 55,30 g Błonnik pokarmowy 35,80 g Sól 3,60 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 4 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: 2024-04-29 09:48:42