

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	1-Podstawowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Ser żółty 60g A (MLE.) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129,7 /(porcja 620g)= 810,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5,4 /(porcja 620g)= 33,90 g Tłuszcz (100g)= 6 /(porcja 620g)= 37,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 620g)= 20,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /(porcja 620g)= 82,10 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 620g)= 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 620g)= 12,00 g Sól (100g)= ,3 /(porcja 620g)= 1,90 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE.) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,2 /(porcja 1120g)= 813,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 1120g)= 36,90 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /(porcja 1120g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,2 /(porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,8 /(porcja 1120g)= 119,90 g cukry suma (100g)= 2,5 /(porcja 1120g)= 27,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,2 /(porcja 1120g)= 24,90 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1120g)= 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 121,9 /(porcja 520g)= 641,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 520g)= 17,90 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 520g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 520g)= 47,50 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 520g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 520g)= 5,60 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 520g)= 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 265,30 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,10 g Węglowodny przyswajalne 249,50 g cukry suma 59,80 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 6,00 g

akcept. 09.07.25r.
DIETETYK
mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPY JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 1 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	2-Latwostrawna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 115,5 /(porcja 680g)= 770,10 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /(porcja 680g)= 37,60 g Tłuszcz (100g)= 4,2 /(porcja 680g)= 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,9 /(porcja 680g)= 12,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,1 /(porcja 680g)= 87,20 g cukry suma (100g)= 3,9 /(porcja 680g)= 26,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,8 /(porcja 680g)= 12,30 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 680g)= 1,30 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Klopsiki drobiowe pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz.) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,1 /(porcja 1120g)= 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /(porcja 1120g)= 35,40 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /(porcja 1120g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /(porcja 1120g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 1120g)= 116,70 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 1120g)= 26,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 1120g)= 21,00 g Sól (100g)= ,2 /(porcja 1120g)= 1,80 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszenenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 121,9 /(porcja 520g)= 641,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 520g)= 17,90 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /(porcja 520g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 520g)= 47,50 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 520g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 520g)= 5,60 g Sól (100g)= ,4 /(porcja 520g)= 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 224,50 kcal Białko ogółem 90,90 g Tłuszcz 64,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,40 g Węglowodny przyswajalne 251,40 g cukry suma 65,00 g Błonnik pokarmowy 38,90 g Sól 5,40 g	

Wydruk z MAPY JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 2 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	3-Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.1 /(porcja 520g)= 648,10 kcal Białko ogółem (100g)= 6.9 /(porcja 520g)= 36,20 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 520g)= 19,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 520g)= 7,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15.3 /(porcja 520g)= 80,70 g cukry suma (100g)= 3.1 /(porcja 520g)= 16,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 520g)= 7,60 g Sól (100g)= 4 /(porcja 520g)= 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Jabiko gotowane 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.5 /(porcja 300g)= 110,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 300g)= 4,10 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 300g)= 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.8 /(porcja 300g)= 17,50 g cukry suma (100g)= 5.7 /(porcja 300g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,50 g Sól (100g)= 0 /(porcja 300g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.2 /(porcja 1000g)= 732,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 1000g)= 33,50 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 1000g)= 13,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.9 /(porcja 1000g)= 109,10 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 1000g)= 26,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 /(porcja 1000g)= 19,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1000g)= 1,80 g	Skyr naturalny 150g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 64.3 /(porcja 150g)= 96,00 kcal Białko ogółem (100g)= 12.1 /(porcja 150g)= 18,00 g Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.1 /(porcja 150g)= 6,20 g cukry suma (100g)= 4.1 /(porcja 150g)= 6,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 150g)= 0,20 g	Bulka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz.) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.8 /(porcja 420g)= 361,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 420g)= 19,40 g Tłuszcz (100g)= 1.2 /(porcja 420g)= 4,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 420g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.2 /(porcja 420g)= 59,00 g cukry suma (100g)= 1.8 /(porcja 420g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 420g)= 3,50 g Sól (100g)= .6 /(porcja 420g)= 2,60 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 948,20 kcal Białko ogółem 111,20 g Tłuszcz 39,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,40 g Węglowodny przyswajalne 272,50 g cukry suma 74,00 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sól 6,50 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 3 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek 4-Latwostrawna z ogr.sub.pobudz.wyd.soku żołądk.	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 134 /(porcja 505g)= 670,10 kcal Białko ogółem (100g)= 6.9 /(porcja 505g)= 34,40 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 505g)= 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 505g)= 12,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14 /(porcja 505g)= 70,20 g cukry suma (100g)= 3.2 /(porcja 505g)= 16,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 505g)= 7,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 505g)= 1,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36.2 /(porcja 150g)= 54,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.6 /(porcja 150g)= 3,80 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 150g)= 2,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 150g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 150g)= 5,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 150g)= g Sól (100g)= .1 /(porcja 150g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73.1 /(porcja 1120g)= 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 1120g)= 35,40 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1120g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 1120g)= 116,70 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 1120g)= 26,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,80 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)= 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)= g	Bulka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE) Kiełbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Rukola 10g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.9 /(porcja 405g)= 383,50 kcal Białko ogółem (100g)= 4.4 /(porcja 405g)= 17,70 g Tłuszcz (100g)= 3.2 /(porcja 405g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 405g)= 7,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 /(porcja 405g)= 48,40 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 405g)= 6,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 405g)= 2,80 g Sól (100g)= .6 /(porcja 405g)= 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 976,70 kcal Białko ogółem 91,60 g Tłuszcz 60,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,10 g Węglowodny przyswajalne 252,80 g cukry suma 67,20 g Błonnik pokarmowy 32,30 g Sól 5,70 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 4 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek 12- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+masło+zi emniaki 500ml Papka (GLU Psz, MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62,9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3,8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2,7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5,3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 044,10 kcal Białko ogółem 124,20 g Tłuszcz 66,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g Węglowodny przyswajalne 226,60 g cukry suma 22,80 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek 14- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70,9 /(porcja 650g)= 472,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 650g)= 29,20 g Tłuszcz (100g)= 2,2 /(porcja 650g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 650g)= 3,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,1 /(porcja 650g)= 53,90 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 650g)= 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 650g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 650g)= 0,30 g	Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płynna (MLE, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (GLU Psz, JAJ, SEL,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83,8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9,8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 099,40 kcal Białko ogółem 124,00 g Tłuszcz 70,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,30 g Węglowodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 21,70 g Błonnik pokarmowy 26,00 g Sól 0,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	7- kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 695,30 kcal Białko ogółem 37,50 g Tłuszcz 19,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,20 g Węglowodny przyswajalne 87,10 g cukry suma 26,10 g Błonnik pokarmowy 12,30 g Sól 1,30 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ,) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 813,00 kcal Białko ogółem 36,90 g Tłuszcz 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 119,90 g cukry suma 27,30 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 620,10 kcal Białko ogółem 17,80 g Tłuszcz 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 47,40 g cukry suma 11,80 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 128,40 kcal Białko ogółem 92,20 g Tłuszcz 50,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13,80 g Węglowodny przyswajalne 254,40 g cukry suma 65,20 g Błonnik pokarmowy 42,80 g Sól 5,40 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-07-09 10:36:30

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	9- Bogatobiałkowa	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Mix salat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,7 /porcja 530g)= 719,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7 /porcja 530g)= 36,60 g Tłuszcz (100g)= 5,3 /porcja 530g)= 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,4 /porcja 530g)= 12,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,6 /porcja 530g)= 77,10 g cukry suma (100g)= 3,2 /porcja 530g)= 16,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 530g)= 10,20 g Sól (100g)= ,2 /porcja 530g)= 1,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34,6 /porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1,6 /porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= ,7 /porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,5 /porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4,8 /porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= ,7 /porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= ,1 /porcja 300g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz,) Sos koperkowy 120g A (GLU Psz, MLE,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 73,1 /porcja 1120g)= 812,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 1120g)= 35,40 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 1120g)= 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= ,4 /porcja 1120g)= 4,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /porcja 1120g)= 116,70 g cukry suma (100g)= 2,4 /porcja 1120g)= 26,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /porcja 1120g)= 21,00 g Sól (100g)= ,2 /porcja 1120g)= 1,80 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /porcja 100g)= 79,00 kcal Białko ogółem (100g)= 3,2 /porcja 100g)= 3,20 g Tłuszcz (100g)= 1,6 /porcja 100g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,1 /porcja 100g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13 /porcja 100g)= 13,00 g cukry suma (100g)= 0 /porcja 100g)= g Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /porcja 100g)= g Sól (100g)= ,1 /porcja 100g)= 0,10 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędliną z indyka i kurczaka grubo rozdrobnioną 40g Rukola 10g Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR,) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 121,9 /porcja 520g)= 641,80 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /porcja 520g)= 17,90 g Tłuszcz (100g)= 3,5 /porcja 520g)= 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /porcja 520g)= 47,50 g cukry suma (100g)= 2,3 /porcja 520g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /porcja 520g)= 5,60 g Sól (100g)= ,4 /porcja 520g)= 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,60 kcal Białko ogółem 97,90 g Tłuszcz 67,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,90 g Węglowodny przyswajalne 269,60 g cukry suma 70,10 g Błonnik pokarmowy 38,90 g Sól 5,60 g	

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 z 16

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-07-09 10:36:30

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-07-17 czwartek	6-Z ograniczeniem łatwo przys. węgl.(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek z pietruszką 120g (<i>MLE</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.3 /(porcja 500g)= 446,60 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 500g)= 26,20 g Tłuszcz (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 19,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 500g)= 9,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 500g)= 40,60 g cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 500g)= 1,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE</i>) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 34.6 /(porcja 300g)= 104,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 300g)= 4,80 g Tłuszcz (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 300g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5 /(porcja 300g)= 15,30 g cukry suma (100g)= 4.8 /(porcja 300g)= 14,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 300g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 300g)= 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.</i>) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 25z-100g A (<i>GLU Psz, JAJ.</i>) Sos pieczarkowy 120ml A (<i>GLU Psz, MLE</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz.</i>) Salatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.2 /(porcja 1120g)= 780,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 1120g)= 37,00 g Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 1120g)= 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 /(porcja 1120g)= 111,50 g cukry suma (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.2 /(porcja 1120g)= 24,90 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 1,80 g		Chleb graham 90g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (<i>JAJ, GOR.</i>) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118 /(porcja 520g)= 621,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.5 /(porcja 520g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 3.4 /(porcja 520g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 520g)= 8,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 520g)= 41,30 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 520g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 520g)= 6,40 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,30 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło 10g (<i>MLE</i>) Golonkowa delikatesowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 179.2 /(porcja 140g)= 252,40 kcal Białko ogółem (100g)= 7.4 /(porcja 140g)= 10,40 g Tłuszcz (100g)= 8.2 /(porcja 140g)= 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 4.2 /(porcja 140g)= 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.9 /(porcja 140g)= 23,90 g cukry suma (100g)= 1.4 /(porcja 140g)= 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3.5 /(porcja 140g)= 4,90 g Sól (100g)= .4 /(porcja 140g)= 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 205,30 kcal Białko ogółem 97,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,50 g Węglowodny przyswajalne 232,60 g cukry suma 53,80 g Błonnik pokarmowy 43,20 g Sól 5,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-07-17 czwartek	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Twarożek z pietruszką 120g (<i>MLE</i>) Mix салат z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.2 /(porcja 685g)= 521,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 685g)= 21,30 g Tłuszcz (100g)= 3.6 /(porcja 685g)= 23,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 685g)= 9,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.1 /(porcja 685g)= 53,70 g cukry suma (100g)= 3.6 /(porcja 685g)= 24,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 685g)= 3,50 g Sól (100g)= .2 /(porcja 685g)= 1,40 g		Kalafiorowa z ziemniakami 300ml bez glutenu (<i>SEL.</i>) Pulpeciki mięsne z soczewicą 25zt-100g b/g A (<i>JAJ.</i>) Sos pieczarkowy 120 b/g Ziemniaki 300g A Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.6 /(porcja 1220g)= 1 007,70 kcal Białko ogółem (100g)= 2.8 /(porcja 1220g)= 34,70 g Tłuszcz (100g)= 1.6 /(porcja 1220g)= 20,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 3,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.8 /(porcja 1220g)= 160,10 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 1220g)= 33,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 3 /(porcja 1220g)= 38,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 1,80 g		chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (<i>JAJ, GOR.</i>) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 114.3 /(porcja 535g)= 601,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 535g)= 9,50 g Tłuszcz (100g)= 4.3 /(porcja 535g)= 22,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 535g)= 8,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 /(porcja 535g)= 38,30 g cukry suma (100g)= 2.5 /(porcja 535g)= 13,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 /(porcja 535g)= 1,40 g Sól (100g)= .6 /(porcja 535g)= 3,20 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 130,30 kcal Białko ogółem 65,50 g Tłuszcz 66,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,00 g Węglowodny przyswajalne 252,10 g cukry suma 70,50 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sól 6,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	ML- Bezmleczna	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Mix salat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 72,8 /(porcja 610g)= 454,90 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 610g)= 20,60 g Tłuszcz (100g)= 1,3 /(porcja 610g)= 8,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 610g)= 1,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10,5 /(porcja 610g)= 65,60 g cukry suma (100g)= 2,8 /(porcja 610g)= 17,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,3 /(porcja 610g)= 8,00 g Sól (100g)= .2 /(porcja 610g)= 1,10 g	Barszcz biały 300ml bezmleczny (GLU Psz, SOJ, SEL, GLU Żyt.) Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz.) Sos koperkowy 120g A bez mleczny Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 1170g)= 1 022,60 kcal Białko ogółem (100g)= 3,3 /(porcja 1170g)= 37,00 g Tłuszcz (100g)= 3,4 /(porcja 1170g)= 37,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1170g)= 4,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11 /(porcja 1170g)= 122,40 g cukry suma (100g)= 2,2 /(porcja 1170g)= 24,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,9 /(porcja 1170g)= 21,60 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1170g)= 2,00 g	Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio- pszeniczny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR.) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 117,8 /(porcja 520g)= 620,10 kcal Białko ogółem (100g)= 3,4 /(porcja 520g)= 17,80 g Tłuszcz (100g)= 3 /(porcja 520g)= 15,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .8 /(porcja 520g)= 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 520g)= 47,40 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 520g)= 11,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,1 /(porcja 520g)= 5,60 g Sól (100g)= .4 /(porcja 520g)= 2,30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 097,60 kcal Białko ogółem 75,40 g Tłuszcz 61,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 235,40 g cukry suma 53,90 g Błonnik pokarmowy 35,20 g Sól 5,40 g		

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 11 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	We- Wegetariańska	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Ser żółty 60g A (MLE,) Mix салат z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 129,7 /(porcja 620g) = 810,50 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 /(porcja 620g) = 33,90 g Tłuszcz (100g)= 6 /(porcja 620g) = 37,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 620g) = 20,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 620g) = 82,10 g cukry suma (100g)= 3,3 /(porcja 620g) = 20,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 620g) = 12,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 620g) = 1,90 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Gulasz warzywny z soczewicą czerwoną 200g (GLU Psz,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71 /(porcja 1100g) = 789,10 kcal Białko ogółem (100g)= 2.5 /(porcja 1100g) = 27,80 g Tłuszcz (100g)= 1.1 /(porcja 1100g) = 12,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1100g) = 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.4 /(porcja 1100g) = 126,60 g cukry suma (100g)= 2.7 /(porcja 1100g) = 29,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.4 /(porcja 1100g) = 27,00 g Sól (100g)= .3 /(porcja 1100g) = 2,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Salatka bawarska 150g (JAJ, GOR,) Jabiko 150g Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 106.7 /(porcja 650g) = 711,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.8 /(porcja 650g) = 11,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 650g) = 17,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 /(porcja 650g) = 8,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7 /(porcja 650g) = 57,80 g cukry suma (100g)= 3.5 /(porcja 650g) = 23,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 650g) = 7,70 g Sól (100g)= .3 /(porcja 650g) = 1,90 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 311,10 kcal Białko ogółem 73,50 g Tłuszcz 68,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g Węglowodny przyswajalne 266,50 g cukry suma 74,00 g Błonnik pokarmowy 46,70 g Sól 6,60 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz: Jadłospis_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: 2025-07-09 10:36:30

strona 12 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-17 czwartek	C1- Dieta podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 810,50 kcal Białko ogółem 33,90 g Tłuszcz 37,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,30 g Węglowodny przyswajalne 82,10 g cukry suma 20,60 g Błonnik pokarmowy 12,00 g Sól 1,90 g		Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz) Salatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 813,00 kcal Białko ogółem 36,90 g Tłuszcz 14,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,30 g Węglowodny przyswajalne 119,90 g cukry suma 27,30 g Błonnik pokarmowy 24,90 g Sól 1,80 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobiona 40g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 641,80 kcal Białko ogółem 17,90 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 47,50 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 265,30 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 70,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 31,10 g Węglowodny przyswajalne 249,50 g cukry suma 59,80 g Błonnik pokarmowy 42,50 g Sól 6,00 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-07-17 czwartek	C2- Dieta Łatwostrawna	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz</i>), Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>), masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>), Twarożek z pietruszką 120g (<i>MLE</i>), Mix sałat z olejem i marchewką 50g Pomarańcza 150g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE</i>), Wartość energetyczna[kcal] 770,10 kcal Białko ogółem 37,60 g Tłuszcz 28,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,70 g Węglowodny przyswajalne 87,20 g cukry suma 26,20 g Błonnik pokarmowy 12,30 g Sól 1,30 g		Barszcz biały 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt</i>), Klopsiki drobiowe pieczone 2szt-100g A (<i>GLU Psz, JAJ, SÓJ, GLU Jęcz</i>), Sos koperkowy 120g A (<i>GLU Psz, MLE</i>), kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz</i>), Sałatka z buraczków 150g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 812,60 kcal Białko ogółem 35,40 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 116,70 g cukry suma 26,90 g Błonnik pokarmowy 21,00 g Sól 1,80 g		Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt</i>), Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt</i>), masło porcjowane 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Sałatka bawarska 120g (<i>JAJ, GOR</i>), Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 641,80 kcal Białko ogółem 17,90 g Tłuszcz 18,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,50 g Węglowodny przyswajalne 47,50 g cukry suma 11,90 g Błonnik pokarmowy 5,60 g Sól 2,30 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 224,50 kcal Białko ogółem 90,90 g Tłuszcz 64,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,40 g Węglowodny przyswajalne 251,40 g cukry suma 65,00 g Błonnik pokarmowy 38,90 g Sól 5,40 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-07-17 czwartek							
C3-Ograniczenie łatw.przys.węglu(CukrzycaMakii)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Ser żółty 60g A (MLE) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ) Mix салат z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 445,20 kcal Białko ogółem 32,70 g Tłuszcz 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12,10 g Węglowodny przyswajalne 36,60 g cukry suma 2,40 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 1,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE) Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 104,80 kcal Białko ogółem 4,80 g Tłuszcz 2,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,40 g Węglowodny przyswajalne 15,30 g cukry suma 14,50 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól 0,10 g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-150g A (GLU Psz, JAJ) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Salatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 869,30 kcal Białko ogółem 65,20 g Tłuszcz 10,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,80 g Węglowodny przyswajalne 113,40 g cukry suma 22,60 g Błonnik pokarmowy 28,70 g Sól 2,00 g		Chleb graham 90g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Rukola 10g Salatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 649,80 kcal Białko ogółem 25,30 g Tłuszcz 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,20 g Węglowodny przyswajalne 41,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 6,40 g Sól 3,10 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR) Ogórek 30g Wartość energetyczna[kcal] 255,90 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 24,30 g cukry suma 2,00 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,00 kcal Białko ogółem 141,10 g Tłuszcz 57,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23,10 g Węglowodny przyswajalne 231,30 g cukry suma 48,70 g Błonnik pokarmowy 46,80 g Sól 7,80 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-07-17 KUCHNIA SZPITALNA

2025-07-17 czwartek							
P1-Dieta Podstawowa Dziecięca	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Bulka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE) Ser żółty 60g A (MLE) Mix салат z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 682,70 kcal Białko ogółem 30,30 g Tłuszcz 37,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,20 g Węglowodny przyswajalne 57,30 g cukry suma 10,60 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sól 1,80 g	Pomarańcza 150g Wartość energetyczna[kcal] 50,80 kcal Białko ogółem 1,00 g Tłuszcz 0,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g Węglowodny przyswajalne 10,20 g cukry suma 9,40 g Błonnik pokarmowy 2,10 g Sól g	Barszcz biały 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Pulpeciki mięsne z soczewicą pieczone 2sz-100g A (GLU Psz, JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 100g (GLU Psz) Sos pieczarkowy 120ml A (GLU Psz, MLE) Salatka z buraczków 100g got. Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 609,50 kcal Białko ogółem 30,20 g Tłuszcz 12,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 85,40 g cukry suma 21,20 g Błonnik pokarmowy 18,60 g Sól 1,40 g	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 79,00 kcal Białko ogółem 3,20 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 13,00 g cukry suma g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g	Chleb żytnio- pszenney 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE) Kielbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 40g Rukola 10g Salatka bawrska 60g (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 394,00 kcal Białko ogółem 13,90 g Tłuszcz 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g Węglowodny przyswajalne 41,20 g cukry suma 8,40 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 816,00 kcal Białko ogółem 78,60 g Tłuszcz 64,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g Węglowodny przyswajalne 207,10 g cukry suma 49,60 g Błonnik pokarmowy 34,30 g Sól 4,90 g