

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	1-Podstawowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.9 / (porcja 625g) = 774,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 / (porcja 625g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3 / (porcja 625g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 625g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16 / (porcja 625g) = 99,80 g cukry suma (100g)= 10.2 / (porcja 625g) = 63,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 625g) = 14,20 g Sól (100g)= .4 / (porcja 625g) = 2,30 g		Żurek z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Salatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.6 / (porcja 1000g) = 1 015,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 / (porcja 1000g) = 49,40 g Tłuszcz (100g)= 2.4 / (porcja 1000g) = 23,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 1000g) = 5,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.3 / (porcja 1000g) = 143,40 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 1000g) = 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 / (porcja 1000g) = 18,00 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1000g) = 1,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 86.5 / (porcja 520g) = 455,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 / (porcja 520g) = 25,70 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 520g) = 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 520g) = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 / (porcja 520g) = 47,30 g cukry suma (100g)= 1.3 / (porcja 520g) = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 520g) = 5,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 520g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 245,00 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 64,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,80 g Węglowodny przyswajalne 290,50 g cukry suma 90,80 g Błonnik pokarmowy 37,90 g Sól 4,60 g

08.05.25. *Magda*
STARSZY DIETETYK

mgr inż. *Magdalena* Kwiatkowska

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	2-Lubodrawna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix салат z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.9 / (porcja 625g) = 774,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 / (porcja 625g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3 / (porcja 625g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8 / (porcja 625g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16 / (porcja 625g) = 99,80 g cukry suma (100g)= 10.2 / (porcja 625g) = 63,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 625g) = 14,20 g Sól (100g)= .4 / (porcja 625g) = 2,30 g		Żurek z ziemiakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g Herbata malinowa 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.9 / (porcja 1000g) = 899,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 / (porcja 1000g) = 51,20 g Tłuszcz (100g)= 1.8 / (porcja 1000g) = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1000g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.1 / (porcja 1000g) = 121,30 g cukry suma (100g)= .8 / (porcja 1000g) = 7,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 / (porcja 1000g) = 22,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 1000g) = 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 / (porcja 570g) = 468,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 / (porcja 570g) = 26,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 / (porcja 570g) = 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 / (porcja 570g) = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 / (porcja 570g) = 49,20 g cukry suma (100g)= 1.6 / (porcja 570g) = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 / (porcja 570g) = 6,70 g Sól (100g)= .1 / (porcja 570g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 141,90 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 59,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 270,30 g cukry suma 80,20 g Błonnik pokarmowy 43,60 g Sól 3,50 g

2025-05-15 czwartek	3-letniostawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bułka pszenna 100g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 128 /(porcja 460g) = 581,70 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 460g) = 27,10 g Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 460g) = 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,2 /(porcja 460g) = 5,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16,6 /(porcja 460g) = 75,60 g cukry suma (100g)= 2,4 /(porcja 460g) = 10,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,6 /(porcja 460g) = 7,40 g Sól (100g)= .6 /(porcja 460g) = 2,80 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /(porcja 280g) = 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 280g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 280g) = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /(porcja 280g) = 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 /(porcja 280g) = 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 280g) = 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w wodzie 100g A Kasza jęczmienna 250g A (GLU Psz,) Fasolka szparagowa duszona 150g herbatka dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103,7 /(porcja 1050g) = 1 037,40 kcal Białko ogółem (100g)= 5,5 /(porcja 1050g) = 55,00 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 1050g) = 24,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1050g) = 3,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13,5 /(porcja 1050g) = 135,00 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 1050g) = 12,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,4 /(porcja 1050g) = 24,20 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1050g) = 0,50 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt,) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt,) masło porcjowane 10g (MLE,) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ,) twaróg 60g A (MLE,) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbatka z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84,3 /(porcja 570g) = 488,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4,7 /(porcja 570g) = 26,30 g Tłuszcz (100g)= 2,6 /(porcja 570g) = 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 570g) = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,9 /(porcja 570g) = 49,20 g cukry suma (100g)= 1,6 /(porcja 570g) = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,2 /(porcja 570g) = 6,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 570g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 220,70 kcal Białko ogółem 113,00 g Tłuszcz 59,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,50 g Węglowodny przyswajalne 282,80 g cukry suma 53,20 g Błonnik pokarmowy 39,70 g Sól 4,10 g

2025-05-15 czwartek	4-letniostawna z ogr.sub pobudzw.wyd.soku żółtek.	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Kiełbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE,) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 136,1 /(porcja 445g) = 618,70 kcal Białko ogółem (100g)= 5,6 /(porcja 445g) = 25,30 g Tłuszcz (100g)= 6,1 /(porcja 445g) = 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2,6 /(porcja 445g) = 11,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14,3 /(porcja 445g) = 65,00 g cukry suma (100g)= 2,3 /(porcja 445g) = 10,40 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1,5 /(porcja 445g) = 6,70 g Sól (100g)= .5 /(porcja 445g) = 2,50 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE,) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /(porcja 280g) = 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1,7 /(porcja 280g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /(porcja 280g) = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8,3 /(porcja 280g) = 23,00 g cukry suma (100g)= 7,5 /(porcja 280g) = 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 280g) = 1,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 280g) = 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt,) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE,) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz,) Fasolka szparagowa duszona 150g herbatka dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90,6 /(porcja 1000g) = 905,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5,1 /(porcja 1000g) = 51,20 g Tłuszcz (100g)= 1,8 /(porcja 1000g) = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1000g) = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12,3 /(porcja 1000g) = 122,80 g cukry suma (100g)= 1,3 /(porcja 1000g) = 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2,3 /(porcja 1000g) = 22,70 g Sól (100g)= .1 /(porcja 1000g) = 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) = 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	Bułka pszenna 75g (GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,) masło porcjowane 10g (MLE,) Szynka łostowa z kurcząt 60g (SOJ,) twaróg 60g A (MLE,) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbatka z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81,2 /(porcja 555g) = 451,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4,4 /(porcja 555g) = 24,20 g Tłuszcz (100g)= 2,5 /(porcja 555g) = 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1,6 /(porcja 555g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 555g) = 49,90 g cukry suma (100g)= 1,5 /(porcja 555g) = 8,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 555g) = 3,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 555g) = 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 165,60 kcal Białko ogółem 105,60 g Tłuszcz 61,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,30 g Węglowodny przyswajalne 273,10 g cukry suma 64,30 g Błonnik pokarmowy 36,20 g Sól 4,70 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	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	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2 /(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 500g)= 0,30 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt) Mięso drobiowe z warzywami (SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 215.4 /(porcja 301g)= 652,60 kcal Białko ogółem (100g)= 10.4 /(porcja 301g)= 31,60 g Tłuszcz (100g)= 6 /(porcja 301g)= 18,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 301g)= 2,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 28.2 /(porcja 301g)= 85,30 g cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 301g)= 7,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 5.7 /(porcja 301g)= 17,40 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,30 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2 /(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 500g)= 0,30 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.5 /(porcja 500g)= 402,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 500g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4 /(porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 430,00 kcal Białko ogółem 117,00 g Tłuszcz 80,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22,40 g Węglowodny przyswajalne 299,50 g cukry suma 34,90 g Błonnik pokarmowy 29,20 g Sól 1,10 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 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: 2025-05-07 10:54:49

strona 5 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	14- Płynna wzmocniona	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		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt) Mięso+warzywa+ masło+ziemniaki 500ml Płyna (MLE, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 175.4 /(porcja 301g)= 531,50 kcal Białko ogółem (100g)= 8.6 /(porcja 301g)= 26,00 g Tłuszcz (100g)= 4.9 /(porcja 301g)= 14,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 301g)= 6,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 22.8 /(porcja 301g)= 69,00 g cukry suma (100g)= 1.7 /(porcja 301g)= 5,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.2 /(porcja 301g)= 12,60 g Sól (100g)= .1 /(porcja 301g)= 0,20 g	Ryż na mle+masło+mięso drobiowe 500ml (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 97.2 /(porcja 500g)= 486,10 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,20 g Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 500g)= 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 500g)= 65,20 g cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 500g)= 10,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,10 g Sól (100g)= .1 /(porcja 500g)= 0,30 g	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (JAJ, SEL.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 80.5 /(porcja 500g)= 402,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.1 /(porcja 500g)= 20,50 g Tłuszcz (100g)= 3.3 /(porcja 500g)= 16,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.4 /(porcja 500g)= 41,90 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 225,40 kcal Białko ogółem 109,70 g Tłuszcz 78,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,10 g Węglowodny przyswajalne 259,90 g cukry suma 25,20 g Błonnik pokarmowy 26,10 g Sól 0,80 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 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: 2025-05-07 10:54:49

strona 6 z 16

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	7-kontrolowana zawartość kw. tłuszczowych(sercowa)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 699,60 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 18,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,50 g Węglowodny przyswajalne 99,70 g cukry suma 63,40 g Błonnik pokarmowy 14,20 g Sól 2,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 015,60 kcal Białko ogółem 49,40 g Tłuszcz 23,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,00 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 18,00 g Sól 1,60 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 488,20 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,60 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 6,90 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 203,40 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 60,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g Węglowodny przyswajalne 290,40 g cukry suma 90,80 g Błonnik pokarmowy 37,90 g Sól 4,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 7 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: 2025-05-07 10:54:49

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	9-Bogatobiakowa	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 139 /porcja 495g = 695,00 kcal Białko ogółem (100g)= 5.5 /porcja 495g = 27,50 g Tłuszcz (100g)= 5.4 /porcja 495g = 26,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 2.2 /porcja 495g = 10,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16.4 /porcja 495g = 81,90 g cukry suma (100g)= 9.6 /porcja 495g = 47,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.6 /porcja 495g = 12,80 g Sól (100g)= .5 /porcja 495g = 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 /porcja 280g = 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 /porcja 280g = 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 /porcja 280g = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /porcja 280g = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 /porcja 280g = 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 /porcja 280g = 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /porcja 280g = 1,40 g Sól (100g)= .1 /porcja 280g = 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.6 /porcja 1000g = 905,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /porcja 1000g = 51,20 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /porcja 1000g = 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /porcja 1000g = 4,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /porcja 1000g = 122,80 g cukry suma (100g)= 1.3 /porcja 1000g = 12,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3 /porcja 1000g = 22,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 1000g = 0,50 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.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.3 /porcja 570g = 488,20 kcal Białko ogółem (100g)= 4.7 /porcja 570g = 26,30 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /porcja 570g = 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /porcja 570g = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9 /porcja 570g = 49,20 g cukry suma (100g)= 1.6 /porcja 570g = 9,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /porcja 570g = 6,70 g Sól (100g)= .1 /porcja 570g = 0,70 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,50 kcal Białko ogółem 112,80 g Tłuszcz 62,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26,60 g Węglodny przyswajalne 289,90 g cukry suma 90,30 g Błonnik pokarmowy 43,60 g Sól 3,70 g	

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 8 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: 2025-05-07 10:54:49

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-15 czwartek	6. Z ograniczeniem łatwo przys.węgl.(Cukrzycowa)	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		Bulka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 87.5 / (porcja 440g) = 380,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9 / (porcja 440g) = 17,10 g Tłuszcz (100g)= 4.1 / (porcja 440g) = 18,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 440g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.2 / (porcja 440g) = 35,40 g cukry suma (100g)= .5 / (porcja 440g) = 2,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1 / (porcja 440g) = 4,70 g Sól (100g)= .5 / (porcja 440g) = 2,00 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (<i>MLE.</i>) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 48 / (porcja 280g) = 133,40 kcal Białko ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 280g) = 4,60 g Tłuszcz (100g)= .8 / (porcja 280g) = 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 / (porcja 280g) = 1,50 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.3 / (porcja 280g) = 23,00 g cukry suma (100g)= 7.5 / (porcja 280g) = 20,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= .5 / (porcja 280g) = 1,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 280g) = 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.</i>) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Kasza gryczana 200g A Sałatka z buraczków 150g got. Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 101.5 / (porcja 1000g) = 1 015,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.4 / (porcja 1000g) = 54,20 g Tłuszcz (100g)= 1.9 / (porcja 1000g) = 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 / (porcja 1000g) = 6,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 15 / (porcja 1000g) = 149,60 g cukry suma (100g)= 2.2 / (porcja 1000g) = 21,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1000g) = 19,50 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1000g) = 1,90 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Szynka łostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.9 / (porcja 490g) = 394,60 kcal Białko ogółem (100g)= 4.6 / (porcja 490g) = 23,10 g Tłuszcz (100g)= 2.7 / (porcja 490g) = 13,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 490g) = 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.3 / (porcja 490g) = 36,60 g cukry suma (100g)= 2 / (porcja 490g) = 10,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 490g) = 4,40 g Sól (100g)= .1 / (porcja 490g) = 0,60 g	Pieczewo żytnio-pszenno-razowe 60g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło 10g (<i>MLE.</i>) Golonkowa delikatowa z indyka 40g (<i>GLU Psz, SEL, GOR.</i>) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 208 / (porcja 120g) = 250,70 kcal Białko ogółem (100g)= 8.6 / (porcja 120g) = 10,40 g Tłuszcz (100g)= 9.6 / (porcja 120g) = 11,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 5 / (porcja 120g) = 6,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.5 / (porcja 120g) = 23,50 g cukry suma (100g)= 1.4 / (porcja 120g) = 1,60 g Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 / (porcja 120g) = 4,90 g Sól (100g)= .4 / (porcja 120g) = 0,50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 174,20 kcal Białko ogółem 109,40 g Tłuszcz 64,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g Węglowodny przyswajalne 268,10 g cukry suma 56,10 g Błonnik pokarmowy 34,90 g Sól 5,10 g

strona 9 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-15 czwartek	GL- Bezglutenowa	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
		herbata z cukrem 250 ml chleb bez glutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 81.5 / (porcja 630g) = 509,50 kcal Białko ogółem (100g)= 1.9 / (porcja 630g) = 12,00 g Tłuszcz (100g)= 3.7 / (porcja 630g) = 22,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2 / (porcja 630g) = 7,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10 / (porcja 630g) = 62,30 g cukry suma (100g)= 9.2 / (porcja 630g) = 57,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 / (porcja 630g) = 5,50 g Sól (100g)= .4 / (porcja 630g) = 2,40 g		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez glutenowa A Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A Kasza gryczana 250g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR.</i>) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 99.5 / (porcja 1050g) = 995,20 kcal Białko ogółem (100g)= 5.2 / (porcja 1050g) = 52,30 g Tłuszcz (100g)= 2.5 / (porcja 1050g) = 24,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 / (porcja 1050g) = 4,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.2 / (porcja 1050g) = 132,10 g cukry suma (100g)= 2.1 / (porcja 1050g) = 20,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2 / (porcja 1050g) = 19,60 g Sól (100g)= .2 / (porcja 1050g) = 2,00 g		chleb bez glutenowy 105g masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Szynka łostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 78.8 / (porcja 535g) = 414,70 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3 / (porcja 535g) = 17,30 g Tłuszcz (100g)= 3.5 / (porcja 535g) = 18,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.7 / (porcja 535g) = 8,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.2 / (porcja 535g) = 38,10 g cukry suma (100g)= 1.5 / (porcja 535g) = 8,10 g Błonnik pokarmowy (100g)= .3 / (porcja 535g) = 1,50 g Sól (100g)= .3 / (porcja 535g) = 1,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 919,40 kcal Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 66,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,50 g Węglowodny przyswajalne 232,50 g cukry suma 85,90 g Błonnik pokarmowy 26,60 g Sól 6,00 g

strona 10 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek ML - Bezwłeczna	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 98.4/(porcja 630g) = 615,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.3/(porcja 630g) = 20,60 g Tłuszcz (100g)= 3.6/(porcja 630g) = 22,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.2/(porcja 630g) = 7,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.6/(porcja 630g) = 79,00 g cukry suma (100g)= 9/(porcja 630g) = 56,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6/(porcja 630g) = 10,20 g Sól (100g)= .3/(porcja 630g) = 2,10 g		Jarzy nowa z ziemniakami 300ml bez mleczna Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml bez glutenowy A kasza jęczmienna 200g (GLU Psz.) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.3/(porcja 1000g) = 833,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.8/(porcja 1000g) = 47,60 g Tłuszcz (100g)= 2.8/(porcja 1000g) = 27,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4/(porcja 1000g) = 3,80 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.7/(porcja 1000g) = 86,70 g cukry suma (100g)= 1.2/(porcja 1000g) = 12,30 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2/(porcja 1000g) = 20,40 g Sól (100g)= .1/(porcja 1000g) = 0,90 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Miks tłuszczowy do smarowania 80% 15g Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.1/(porcja 515g) = 437,20 kcal Białko ogółem (100g)= 3.9/(porcja 515g) = 20,50 g Tłuszcz (100g)= 2.8/(porcja 515g) = 14,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3/(porcja 515g) = 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 8.9/(porcja 515g) = 46,80 g cukry suma (100g)= 1.3/(porcja 515g) = 6,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.3/(porcja 515g) = 6,60 g Sól (100g)= .1/(porcja 515g) = 0,50 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 885,80 kcal Białko ogółem 88,70 g Tłuszcz 65,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17,90 g Węglowodny przyswajalne 212,50 g cukry suma 75,00 g Błonnik pokarmowy 37,20 g Sól 3,50 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 11 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek Wle- Węgetariańska	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 123.9/(porcja 625g) = 774,40 kcal Białko ogółem (100g)= 4.5/(porcja 625g) = 28,30 g Tłuszcz (100g)= 4.3/(porcja 625g) = 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.8/(porcja 625g) = 11,00 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 16/(porcja 625g) = 99,80 g cukry suma (100g)= 10.2/(porcja 625g) = 63,50 g Błonnik pokarmowy (100g)= 2.3/(porcja 625g) = 14,20 g Sól (100g)= .4/(porcja 625g) = 2,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (GLUPsz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Jajko sadzone 2szt (JAJ.) Kasza gryczana 200g A Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 95.5/(porcja 1000g) = 955,40 kcal Białko ogółem (100g)= 3.6/(porcja 1000g) = 35,90 g Tłuszcz (100g)= 2.9/(porcja 1000g) = 28,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5/(porcja 1000g) = 4,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1/(porcja 1000g) = 131,20 g cukry suma (100g)= 1.2/(porcja 1000g) = 12,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8/(porcja 1000g) = 18,30 g Sól (100g)= 0/(porcja 1000g) = 0,30 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Chleb żytnio-pszenny 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło porcjowane 10g W (MLE.) Szynka kostowa z kurcząt 60g (SOJ.) twarożek 60g A (MLE.) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.3/(porcja 520g) = 470,00 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9/(porcja 520g) = 25,70 g Tłuszcz (100g)= 3/(porcja 520g) = 15,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9/(porcja 520g) = 9,90 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9/(porcja 520g) = 47,30 g cukry suma (100g)= 1.3/(porcja 520g) = 6,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.1/(porcja 520g) = 5,70 g Sól (100g)= .1/(porcja 520g) = 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 199,80 kcal Białko ogółem 89,90 g Tłuszcz 71,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,60 g Węglowodny przyswajalne 278,30 g cukry suma 82,30 g Błonnik pokarmowy 38,20 g Sól 3,30 g

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 12 z 16

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

2025-05-15 czwartek								
C1- Dieta podstawowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek 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>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] 774,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 99,80 g cukry suma 63,50 g Błonnik pokarmowy 14,20 g Sól 2,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.</i>) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) Kasza gryczana 200 g (<i>MLE.</i>) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR.</i>) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 1 052,70 kcal Białko ogółem 49,40 g Tłuszcz 27,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,50 g Węglowodny przyswajalne 143,40 g cukry suma 20,50 g Błonnik pokarmowy 18,00 g Sól 2,60 g		Chleb graham 60g (<i>GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.</i>) Chleb żytnio- pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 455,00 kcal Białko ogółem 25,70 g Tłuszcz 14,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 47,30 g cukry suma 6,80 g Błonnik pokarmowy 5,70 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 282,10 kcal Białko ogółem 103,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,30 g Węglowodny przyswajalne 290,50 g cukry suma 90,80 g Błonnik pokarmowy 37,90 g Sól 5,60 g

strona 13 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek	C2- Dieta Łagodniejsza	Bułka Grahamka 1szt-70g (<i>GLU Psz.</i>) Chleb żytnio-pszenny 30g (<i>GLU Psz, GLU Żyt.</i>) masło porcjowane 10g (<i>MLE.</i>) Kielbasa pieprzowa- wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Banan 1szt-130g Kakao z cukrem 250 ml A (<i>MLE.</i>) Wartość energetyczna[kcal] 774,40 kcal Białko ogółem 28,30 g Tłuszcz 27,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,00 g Węglowodny przyswajalne 99,80 g cukry suma 63,50 g Błonnik pokarmowy 14,20 g Sól 2,30 g		Żurek z ziemniakami 300ml A (<i>GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.</i>) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (<i>GLU Psz, MLE.</i>) kasza jęczmienna 200g (<i>GLU Psz.</i>) Fasolka szparagowa duszona 150g herbata dzika róża/ jablko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 905,90 kcal Białko ogółem 51,20 g Tłuszcz 17,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,30 g Węglowodny przyswajalne 122,80 g cukry suma 12,70 g Błonnik pokarmowy 22,70 g Sól 0,50 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>) Szynka tostowa z kurcząt 60g (<i>SOJ.</i>) twarożek 60g A (<i>MLE.</i>) Pomidor sparzony 100g 2 szt herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 468,20 kcal Białko ogółem 26,30 g Tłuszcz 14,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,80 g Węglowodny przyswajalne 49,20 g cukry suma 9,00 g Błonnik pokarmowy 6,70 g Sól 0,70 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 148,50 kcal Białko ogółem 105,80 g Tłuszcz 59,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24,10 g Węglowodny przyswajalne 271,80 g cukry suma 85,20 g Błonnik pokarmowy 43,60 g Sól 3,50 g

strona 14 z 16

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

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

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek C3-Ograniczenie kalw.przys. weglo(CukrzyowaMak)	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) Masło roślinne rama 10g Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 80g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 383,70 kcal Białko ogółem 20,50 g Tłuszcz 16,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 3,70 g Węglowodny przyswajalne 35,60 g cukry suma 1,90 g Błonnik pokarmowy 4,70 g Sól 2,30 g	Jogurt naturalny 150g-1szt. (MLE.) Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 133,40 kcal Białko ogółem 4,60 g Tłuszcz 2,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,50 g Węglowodny przyswajalne 23,00 g cukry suma 20,80 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól 0,10 g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie 150g/120 ml A (GLU Psz, MLE.) Kasza gryczana 200g A Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR.) Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 1105,80 kcal Białko ogółem 70,30 g Tłuszcz 23,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 5,40 g Węglowodny przyswajalne 144,60 g cukry suma 20,60 g Błonnik pokarmowy 18,10 g Sól 1,80 g		Chleb graham 60g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Szyntka łostowa z kurcząt 80g A (SOJ.) Twarożek 120g A (MLE.) ogórek 50g Herbata bez cukru 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 472,90 kcal Białko ogółem 33,90 g Tłuszcz 15,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 38,40 g cukry suma 12,80 g Błonnik pokarmowy 4,40 g Sól 0,60 g	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (GLU Psz, GLU Żyt.) Masło roślinne rama 10g Golonkowa delikatowa z indyka 60g (GLU Psz, SEL, GOR.) Rukola 10g Wartość energetyczna[kcal] 254,20 kcal Białko ogółem 13,10 g Tłuszcz 10,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,60 g Węglowodny przyswajalne 24,00 g cukry suma 1,70 g Błonnik pokarmowy 4,90 g Sól 0,80 g	Wartość energetyczna[kcal] 2350,00 kcal Białko ogółem 142,40 g Tłuszcz 69,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20,50 g Węglowodny przyswajalne 265,60 g cukry suma 57,80 g Błonnik pokarmowy 33,50 g Sól 5,60 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 15 z 16

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-15 czwartek P1 - Dieta Podstawowa Dziecięca	Bułka Grahamka 1szt-70g (GLU Psz.) masło porcjowane 10g (MLE.) Kiełbasa pieprzowa-wędlina z indyka i kurczaka grubo rozdrobniona 60g Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Kakao z cukrem 250 ml A (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 617,90 kcal Białko ogółem 24,90 g Tłuszcz 26,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,70 g Węglowodny przyswajalne 67,20 g cukry suma 47,20 g Błonnik pokarmowy 11,50 g Sól 2,20 g	Banan 1szt-130g Wartość energetyczna[kcal] 79,40 kcal Białko ogółem 0,80 g Tłuszcz 0,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 0,10 g Węglowodny przyswajalne 17,90 g cukry suma 15,70 g Błonnik pokarmowy 1,40 g Sól g	Żurek z ziemniakami 300ml A (GLU Psz, MLE, SEL, GLU Żyt.) Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml A (GLU Psz, MLE.) kasza gryczana gotowana 100g Sałatka z czerwonej kapusty 100g got. (JAJ, GOR.) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Wartość energetyczna[kcal] 740,10 kcal Białko ogółem 42,30 g Tłuszcz 16,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 4,20 g Węglowodny przyswajalne 99,90 g cukry suma 14,10 g Błonnik pokarmowy 13,30 g Sól 0,90 g	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE.) Wartość energetyczna[kcal] 111,00 kcal Białko ogółem 4,40 g Tłuszcz 1,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,10 g Węglowodny przyswajalne 16,50 g cukry suma 13,80 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,20 g	Chleb żytnio-pszenno 30g (GLU Psz, GLU Żyt.) Chleb graham 30g (GLU Psz, GLU Jęcz, GLU Żyt.) masło porcjowane 10g (MLE.) Szyntka łostowa z kurcząt 60g (SOJ.) Twarożek 60g A (MLE.) ogórek 50g herbata z cukrem 250 ml Wartość energetyczna[kcal] 379,40 kcal Białko ogółem 22,40 g Tłuszcz 13,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8,70 g Węglowodny przyswajalne 33,80 g cukry suma 5,90 g Błonnik pokarmowy 3,60 g Sól 0,60 g		Wartość energetyczna[kcal] 1927,80 kcal Białko ogółem 94,80 g Tłuszcz 58,30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25,80 g Węglowodny przyswajalne 235,30 g cukry suma 96,70 g Błonnik pokarmowy 29,80 g Sól 3,90 g

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

strona 16 z 16

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

Wydrukował: q. Data i godzina wydruku: 2025-05-07 10:54:49