

Charakterystyka diety:
Data: 22-04-2024
Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Szpital Miejski im. Franciszka Raszei
ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań
tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90
841 74 70
NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Schab Parzony, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka Konserwowa

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	144	Kawa Zbożowa	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	101	Mleko 2%	100 g	0,00 / kg	0,0000
5	40	Papryka Konserwowa	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	128	Schab Parzony	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	103	Ser Twarogowy Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	526,9000 kcal
Białko	37,7300 g
Tłuszcz	17,5500 g
Węglowodany	50,7350 g
Błonnik pokarmowy	7,3000 g
Woda	247,7700 g
Sól	1,7151 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,5570 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,0310 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,9860 g
Skrobia	41,2650 g
Laktoza	6,3600 g
Sacharoza	0,5500 g
Wapń	208,0500 mg
Żelazo	3,6200 mg
Witamina B1	0,6112 mg
Witamina B2	0,6115 mg
Witamina C	41,6000 mg
Fosfor	548,7500 mg
Magnez	96,7000 mg
Witamina A	192,4000 µg
Witamina B6	0,5760 mg
Witamina D	0,4960 µg
Witamina E	1,9870 mg
Witamina B12	1,2150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 211,5500 kJ
Sód	685,6000 mg
Potas	635,8000 mg
Witamina B3	9,4120 mg
Foliany	68,2000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Obiad**

Skład: Zupa jarzynowa z ziemniakami, Pieczeń rzymska, Sos chrzanowy, Kasza jęczmienna perłowa gotowana, Surówka z kwaszonej kapusty, marchewki i cebuli, Cukinia na parze

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	15 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)39	Chrzan Tarty	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
4	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
5	31	Kapusta Kwaszona	100 g	0,00 / kg	0,0000
6	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	80 g	0,00 / kg	0,0000
7	35	Marchew	60 g	0,00 / kg	0,0000
8	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
9	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
10	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	100 g	0,00 / kg	0,0000
11	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
12	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000
13	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
14	25	Seler	30 g	0,00 / kg	0,0000
15	30	Ziemniaki	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	784,8500 kcal
Białko	35,5300 g
Tłuszcz	25,4720 g
Węglowodany	95,4560 g
Błonnik pokarmowy	14,7550 g
Woda	449,1130 g
Sól	1,1307 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,5951 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	11,8983 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,7312 g
Skrobia	84,3200 g
Sacharoza	5,6400 g
Fruktoza	2,3200 g
Glukoza	2,4100 g
Wapń	142,1200 mg
Żelazo	5,1120 mg
Witamina B1	1,0083 mg
Witamina B2	0,6143 mg
Witamina C	60,7850 mg
Fosfor	504,7400 mg
Magnez	127,7700 mg
Witamina A	1 137,5200 µg
Witamina B6	1,1600 mg
Witamina D	1,1520 µg
Witamina E	6,2890 mg
Witamina B12	0,7960 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 258,5700 kJ
Sód	436,5100 mg
Potas	1 716,4800 mg
Witamina B3	11,0676 mg
Foliany	207,4500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Dorsz w sosie pomidorowym z warzywami, Ser Homogenizowany Półtłusty

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	147	Dorsz Świeży	70 g	0,00 / g	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
9	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	473,1000 kcal
Białko	28,6500 g
Tłuszcz	16,2800 g
Węglowodany	48,3300 g
Błonnik pokarmowy	9,0900 g
Woda	193,8500 g
Sól	1,3874 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,1970 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,4540 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,6350 g
Skrobia	41,4800 g
Laktoza	1,0600 g
Sacharoza	2,1100 g
Fruktoza	1,2600 g
Glukoza	1,1800 g
Wapń	107,8000 mg
Żelazo	3,2000 mg
Witamina B1	0,3535 mg
Witamina B2	0,2928 mg
Witamina C	16,0500 mg
Fosfor	422,4000 mg
Magnez	101,3000 mg
Witamina A	661,5000 µg
Witamina B6	0,4920 mg
Witamina D	0,8710 µg
Witamina E	2,3560 mg
Witamina B12	1,0500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 983,5000 kJ
Sód	554,8000 mg
Potas	828,8000 mg
Witamina B3	6,6990 mg
Foliany	106,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Banany*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	15	<i>Banany</i>	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	116,4000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3600 g
Węglowodany	26,1600 g
Błonnik pokarmowy	2,0400 g
Woda	89,2800 g
Sól	0,0036 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,1440 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0360 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0720 g
Skrobia	2,7600 g
Sacharoza	13,3200 g
Fruktoza	4,4400 g
Glukoza	5,2800 g
Wapń	7,2000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0480 mg
Witamina B2	0,1200 mg
Witamina C	10,8000 mg
Fosfor	24,0000 mg
Magnez	39,6000 mg
Witamina A	9,6000 µg
Witamina B6	0,4320 mg
Witamina E	0,3240 mg
Wartość energetyczna (kJ)	494,4000 kJ
Sód	1,2000 mg
Potas	474,0000 mg
Witamina B3	0,6000 mg
Foliiany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Koktajl na maślanec z truskawkami i siemieniem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	149	Maślanca	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)23	Siemię Lniane	3 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)2	Truskawki, Mrożone	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	67,9300 kcal
Białko	4,4850 g
Tłuszcz	1,6300 g
Węglowodany	8,1100 g
Błonnik pokarmowy	1,4400 g
Woda	136,1300 g
Sól	0,1574 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,4208 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,3024 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,7717 g
Skrobia	0,5010 g
Laktoza	4,7000 g
Sacharoza	0,5030 g
Fruktoza	1,2000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	128,8500 mg
Żelazo	0,9630 mg
Witamina B1	0,0591 mg
Witamina B2	0,2073 mg
Witamina C	29,7000 mg
Fosfor	114,1600 mg
Magnez	26,7300 mg
Witamina A	9,0000 µg
Witamina B6	0,0712 mg
Witamina E	0,0651 mg
Witamina B12	0,3000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	285,9100 kJ
Sód	62,8700 mg
Potas	239,3600 mg
Witamina B3	0,2820 mg
Foliany	10,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 23-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Kielbasa Zielonogórska, Sałata, Rzodkiewka***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	83	<i>Jaja Kurze Świeże</i>	60	g	0,00 / szt.	0,0000
3	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
4	120	<i>Kielbasa Zielonogórska</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
5	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
6	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
7	45	<i>Rzodkiewka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
8	46	<i>Sałata</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	623,5300 kcal
Białko	36,2840 g
Tłuszcz	26,1090 g
Węglowodany	56,7730 g
Błonnik pokarmowy	8,1890 g
Woda	354,3710 g
Sól	2,5106 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,8278 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,8228 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,3243 g
Skrobia	42,0270 g
Laktoza	9,4600 g
Sacharoza	0,7600 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,5900 g
Wapń	324,3600 mg
Żelazo	5,5990 mg
Witamina B1	0,6153 mg
Witamina B2	0,8908 mg
Witamina C	13,6000 mg
Fosfor	610,8200 mg
Magnez	136,1000 mg
Witamina A	315,4400 µg
Witamina B6	0,5119 mg
Witamina D	1,4360 µg
Witamina E	1,9239 mg
Witamina B12	2,0650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 613,5700 kJ
Sód	1 003,5900 mg
Potas	968,5900 mg
Witamina B3	7,0530 mg
Foliany	111,6600 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa grochowa z ziemniakami, Gzik z sera, rzodkiewki i szczypiorku, Ziemniaki gotowane, Surówka z ogórków kwaszonych, cebuli i pietruszki

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
2	54	Groch-Cale Ziarno	80 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
4	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
5	37	Ogórki Kwaszone	100 g	0,00 / kg	0,0000
6	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
8	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
9	45	Rzodkiewka	30 g	0,00 / kg	0,0000
10	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
11	103	Ser Twarogowy Półtłusty	150 g	0,00 / kg	0,0000

12	26	Szczypiorek	10 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	280 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	763,3500 kcal
Białko	54,6900 g
Tłuszcz	16,9950 g
Węglowodany	88,1450 g
Błonnik pokarmowy	18,7250 g
Woda	519,6910 g
Sól	2,1130 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,6791 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,7859 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,3931 g
Skrobia	74,9700 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	3,7100 g
Fruktoza	0,7000 g
Glukoza	0,9800 g
Wapń	258,0500 mg
Żelazo	6,7550 mg
Witamina B1	0,9064 mg
Witamina B2	1,1030 mg
Witamina C	75,5850 mg
Fosfor	856,5000 mg
Magnez	237,9000 mg
Witamina A	488,0000 µg
Witamina B6	1,2225 mg
Witamina D	0,4850 µg
Witamina E	4,0232 mg
Witamina B12	1,2000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 208,8500 kJ
Sód	844,3500 mg
Potas	2 421,1500 mg
Witamina B3	7,4695 mg
Foliany	286,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, Ogórki Konserwowe Całe*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	148	Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty	45 g	0,00 / kg	0,0000
7	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	464,9500 kcal
Białko	27,0850 g
Tłuszcz	15,1450 g
Węglowodany	51,7350 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	155,1150 g
Sól	2,7855 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,6290 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,2175 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4640 g
Skrobia	41,2000 g
Laktoza	1,3650 g
Sacharoza	7,5900 g
Wapń	70,7500 mg
Żelazo	2,6000 mg
Witamina B1	0,3007 mg
Witamina B2	0,3146 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	402,4000 mg
Magnez	88,6500 mg
Witamina A	126,7500 µg
Witamina B6	0,4760 mg
Witamina D	0,1615 µg
Witamina E	1,3735 mg
Witamina B12	0,4650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 951,7500 kJ
Sód	1 113,9500 mg
Potas	481,4000 mg
Witamina B3	9,9445 mg
Foliany	57,5500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: Jabłka

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	1	Jabłka	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Tłuszcz	0,6000 g
Węglowodany	15,1500 g
Błonnik pokarmowy	3,0000 g
Woda	130,2000 g
Sól	0,0075 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0600 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0150 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1350 g
Skrobia	0,4500 g
Sacharoza	3,4500 g
Fruktoza	8,1000 g
Glukoza	3,0000 g
Wapń	6,0000 mg
Żelazo	0,4500 mg
Witamina B1	0,0510 mg
Witamina B2	0,0390 mg
Witamina C	13,8000 mg
Fosfor	13,5000 mg
Magnez	4,5000 mg
Witamina A	6,0000 µg
Witamina B6	0,0450 mg
Witamina E	0,7350 mg
Wartość energetyczna (kJ)	313,5000 kJ
Sód	3,0000 mg
Potas	201,0000 mg
Witamina B3	0,2550 mg
Foliany	9,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sałatka z ogórka, rzodkiewki i słonecznika

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	33	Koperek Zielony	2 g	0,00 / kg	0,0000
2	38	Ogórek	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
4	45	Rzodkiewka	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	122,7600 kcal
Białko	3,4960 g
Tłuszcz	9,5380 g
Węglowodany	4,8860 g
Błonnik pokarmowy	1,9160 g
Woda	126,0700 g
Sól	0,0376 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,8225 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,9915 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,2420 g
Skrobia	1,7620 g
Sacharoza	0,3020 g
Fruktoza	0,8840 g
Glukoza	1,0360 g
Wapń	38,0800 mg
Żelazo	0,9140 mg
Witamina B1	0,1732 mg
Witamina B2	0,0716 mg
Witamina C	14,8000 mg
Fosfor	108,1200 mg
Magnez	46,2800 mg
Witamina A	36,1000 µg
Witamina B6	0,1260 mg
Witamina E	4,2845 mg
Wartość energetyczna (kJ)	510,4200 kJ
Sód	14,7400 mg
Potas	283,0200 mg
Witamina B3	0,9690 mg
Foliany	28,9200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 24-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Żółty, Rzodkiewka, Kiełki, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	144	<i>Kawa Zbożowa</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
3	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
4	101	<i>Mleko 2%</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
5	126	<i>Polędwica Sopocka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
6	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
7	(AUTO)11	<i>Rzodkiewka, Kiełki</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
8	107	<i>Ser Żółty</i>	60	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	656,4000 kcal
Białko	39,3750 g
Tłuszcz	28,2650 g
Węglowodany	50,9600 g
Błonnik pokarmowy	7,7850 g
Woda	293,1700 g
Sól	2,9126 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	16,2160 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,4960 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,9350 g
Skrobia	41,3150 g
Laktoza	4,8200 g
Sacharoza	0,6000 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	679,7500 mg
Żelazo	3,6800 mg
Witamina B1	0,5754 mg
Witamina B2	0,5670 mg
Witamina C	24,0000 mg
Fosfor	686,5500 mg
Magnez	107,4000 mg
Witamina A	374,8000 µg
Witamina B6	0,5440 mg
Witamina D	0,4300 µg
Witamina E	2,7350 mg
Witamina B12	1,8800 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 629,1500 kJ
Sód	1 164,4000 mg
Potas	821,4000 mg
Witamina B3	7,9870 mg
Foliany	96,1000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym, Filet z kurczaka duszony, Sos pietruszkowy, Ziemniaki gotowane, Surówka z marchwi i jabłka, Brokuł gotowany

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	85	Filet Z Kurczaka	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	115 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
13	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	30	Ziemniaki	280 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	727,9500 kcal
Białko	38,7500 g
Tłuszcz	18,0950 g
Węglowodany	95,5150 g
Błonnik pokarmowy	13,8050 g
Woda	579,6810 g
Sól	0,5247 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	2,9796 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,3884 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,0571 g
Skrobia	75,9600 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,2800 g
Fruktoza	6,3400 g
Glukoza	5,2400 g
Wapń	160,0500 mg
Żelazo	4,9550 mg
Witamina B1	0,5647 mg
Witamina B2	0,6115 mg
Witamina C	159,6950 mg
Fosfor	582,3000 mg
Magnez	174,6000 mg
Witamina A	2 343,5000 µg
Witamina B6	1,8635 mg
Witamina D	0,3960 µg
Witamina E	7,9807 mg
Witamina B12	0,4640 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 063,6500 kJ
Sód	208,8500 mg
Potas	2 788,8500 mg
Witamina B3	19,6075 mg
Foliiany	297,8800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Sałatka z ryżem, ciecierzycą i ogórkiem, Schab Parzony

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)18	Ciecierzycy, Nasiona Suche	20 g	0,00 / kg	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	109	Jogurt Naturalny 2%	20 g	0,00 / kg	0,0000
5	33	Koperek Zielony	5 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
7	38	Ogórek	30 g	0,00 / kg	0,0000
8	75	Ryż Dziki	10 g	0,00 / kg	0,0000

9	45	Rzodkiewka	20 g	0,00 / kg	0,0000
10	128	Schab Parzony	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	521,0500 kcal
Białko	30,4900 g
Tłuszcz	14,3300 g
Węglowodany	63,8600 g
Błonnik pokarmowy	11,4850 g
Woda	142,3000 g
Sól	1,2303 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	7,2530 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,8030 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,5550 g
Skrobia	47,9550 g
Laktoza	0,7000 g
Sacharoza	0,6350 g
Fruktoza	0,3400 g
Glukoza	0,4450 g
Wapń	105,3000 mg
Żelazo	4,7050 mg
Witamina B1	0,6218 mg
Witamina B2	0,2595 mg
Witamina C	9,0700 mg
Fosfor	377,3500 mg
Magnez	119,0000 mg
Witamina A	110,9000 µg
Witamina B6	0,5850 mg
Witamina D	0,4370 µg
Witamina E	1,4130 mg
Witamina B12	0,5150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 882,2000 kJ
Sód	496,6500 mg
Potas	563,5000 mg
Witamina B3	9,5290 mg
Foliany	59,6000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: Pomarańcza

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)13	Pomarańcza	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	56,4000 kcal
Białko	1,0800 g
Tłuszcz	0,2400 g
Węglowodany	11,2800 g
Błonnik pokarmowy	2,2800 g
Woda	104,5200 g
Sól	0,0096 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0240 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0480 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0480 g
Sacharoza	4,6800 g
Fruktoza	3,0000 g
Glukoza	2,7600 g
Wapń	39,6000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0960 mg
Witamina B2	0,0360 mg
Witamina C	58,8000 mg
Fosfor	27,6000 mg
Magnez	14,4000 mg
Witamina A	22,8000 µg
Witamina B6	0,1200 mg
Witamina E	0,2280 mg
Wartość energetyczna (kJ)	237,6000 kJ
Sód	3,6000 mg
Potas	219,6000 mg
Witamina B3	0,2400 mg
Foliany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Jogurt Naturalny 2%

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	109	Jogurt Naturalny 2%	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,4500 g
Tłuszcz	3,0000 g
Węglowodany	9,3000 g
Woda	129,7500 g
Sól	0,2370 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	1,7850 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,9450 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0900 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	1,5000 g
Wapń	255,0000 mg
Żelazo	0,1500 mg
Witamina B1	0,0690 mg
Witamina B2	0,3240 mg
Witamina C	1,5000 mg
Fosfor	183,0000 mg
Magnez	25,5000 mg
Witamina A	24,0000 µg
Witamina B6	0,0900 mg
Witamina D	0,0450 µg
Witamina E	0,0450 mg
Witamina B12	0,7500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	379,5000 kJ
Sód	94,5000 mg
Potas	300,0000 mg
Witamina B3	0,2100 mg
Foliany	15,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 25-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao na mleku, Chleb pszenno-żytni z masłem, Kielbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
3	120	<i>Kielbasa Zielonogórska</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
4	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
6	39	<i>Papryka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
7	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	610,9300 kcal
Białko	38,1440 g
Tłuszcz	22,7690 g
Węglowodany	59,4630 g
Błonnik pokarmowy	7,7990 g
Woda	333,8510 g
Sól	2,3428 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,4438 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,9828 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0043 g
Skrobia	42,0270 g
Laktoza	11,0600 g
Sacharoza	0,7500 g
Fruktoza	1,2000 g
Glukoza	1,0500 g
Wapń	332,7600 mg
Żelazo	4,2090 mg
Witamina B1	0,5944 mg
Witamina B2	0,8332 mg
Witamina C	74,0000 mg
Fosfor	605,8200 mg
Magnez	134,5000 mg
Witamina A	415,5400 µg
Witamina B6	0,6759 mg
Witamina D	0,4610 µg
Witamina E	2,9279 mg
Witamina B12	1,5050 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 564,0700 kJ
Sód	936,5900 mg
Potas	941,3900 mg
Witamina B3	7,7550 mg
Foliany	92,6600 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik z kaszą jęczmienną, Bitka schabowa duszona, Sos pieczeniowy, Ziemniaki gotowane, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka, Cukinia na parze

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
2	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	152	Kapusta Czerwona	100 g	0,00 / kg	0,0000
5	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	99	Olej Rzepakowy	15 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	125	Schab Surowy	100 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	310 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	760,0000 kcal
Białko	36,7400 g
Tłuszcz	24,0150 g
Węglowodany	93,2550 g
Błonnik pokarmowy	11,4350 g
Woda	580,1560 g
Sól	0,3106 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	3,8611 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	12,4094 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	6,1356 g
Skrobia	80,2850 g
Sacharoza	5,1750 g
Fruktoza	4,3450 g
Glukoza	4,0750 g
Wapń	113,2000 mg
Żelazo	4,4500 mg
Witamina B1	1,2941 mg
Witamina B2	0,5002 mg
Witamina C	121,3800 mg
Fosfor	514,1000 mg
Magnez	152,1500 mg
Witamina A	332,6000 µg
Witamina B6	1,7485 mg
Witamina D	0,9500 µg
Witamina E	8,3712 mg
Witamina B12	0,7000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 191,4000 kJ
Sód	123,0000 mg
Potas	2 434,8000 mg
Witamina B3	15,6055 mg
Foliany	213,6000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany Półtłusty, Szynka Drobiowa, Ogórki Konserwowe Całe*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	446,8000 kcal
Białko	25,4700 g
Tłuszcz	16,1000 g
Węglowodany	46,6700 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	160,8500 g
Sól	2,7993 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,2170 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,4960 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4660 g
Skrobia	41,2000 g
Laktoza	1,0600 g
Sacharoza	2,6000 g
Wapń	80,1000 mg
Żelazo	2,6100 mg
Witamina B1	0,3032 mg
Witamina B2	0,2780 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	375,2000 mg
Magnez	89,1000 mg
Witamina A	108,9000 µg
Witamina B6	0,4460 mg
Witamina D	0,1710 µg
Witamina E	1,3920 mg
Witamina B12	0,5000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 873,6000 kJ
Sód	1 119,4000 mg
Potas	493,0000 mg
Witamina B3	9,9420 mg
Foliany	56,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Gruszki*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	22	Gruszki	130 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,4000 kcal
Białko	0,7800 g
Tłuszcz	0,2600 g
Węglowodany	15,9900 g
Błonnik pokarmowy	2,7300 g
Woda	109,8500 g
Sól	0,0065 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0520 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0260 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1170 g
Sacharoza	2,3400 g
Fruktoza	8,0600 g
Glukoza	2,4700 g
Wapń	15,6000 mg
Żelazo	0,3900 mg
Witamina B1	0,0247 mg
Witamina B2	0,0481 mg
Witamina C	6,8900 mg
Fosfor	19,5000 mg
Magnez	10,4000 mg
Witamina A	2,6000 µg
Witamina B6	0,0260 mg
Witamina E	0,5200 mg
Wartość energetyczna (kJ)	317,2000 kJ
Sód	2,6000 mg
Potas	153,4000 mg
Witamina B3	0,1170 mg
Foliany	13,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Dodatek Kolacyjny

Skład: Koktajl na maślanke z malinami i siemieniem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)3	Maliny, Mrożone	50 g	0,00 / kg	0,0000
2	149	Maślanka	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)23	Siemię Lniane	3 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	72,9300 kcal
Białko	4,7850 g
Tłuszcz	1,5800 g
Węglowodany	7,8600 g
Błonnik pokarmowy	3,8900 g
Woda	133,7800 g
Sól	0,1584 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,4158 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,2724 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,6817 g
Skrobia	0,5010 g
Laktoza	4,7000 g
Sacharoza	0,5030 g
Fruktoza	1,1000 g
Glukoza	0,8500 g
Wapń	133,3500 mg
Żelazo	1,0130 mg
Witamina B1	0,0541 mg
Witamina B2	0,2058 mg
Witamina C	14,1500 mg
Fosfor	118,1600 mg
Magnez	31,7300 mg
Witamina A	9,5000 µg
Witamina B6	0,0712 mg
Witamina E	0,2451 mg
Witamina B12	0,3000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	304,4100 kJ
Sód	63,3700 mg
Potas	274,3600 mg
Witamina B3	0,2720 mg
Foliany	16,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 26-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Sałata, Rzodkiewka, Pasta z jajka, jogurtu i koperku***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	90	g	0,00 / szt.	0,0000
3	109	Jogurt Naturalny 2%	20	g	0,00 / kg	0,0000
4	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
5	33	Koperek Zielony	2	g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10	g	0,00 / kg	0,0000
7	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	45	Rzodkiewka	50	g	0,00 / kg	0,0000
9	46	Sałata	10	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	506,1600 kcal
Białko	24,5860 g
Tłuszcz	21,2080 g
Węglowodany	50,2210 g
Błonnik pokarmowy	7,8560 g
Woda	278,9800 g
Sól	1,5667 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,9610 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,2760 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0150 g
Skrobia	41,2670 g
Laktoza	5,4000 g
Sacharoza	0,7620 g
Fruktoza	0,3540 g
Glukoza	0,5960 g
Wapń	238,5300 mg
Żelazo	4,8440 mg
Witamina B1	0,3636 mg
Witamina B2	0,7946 mg
Witamina C	13,4200 mg
Fosfor	490,3700 mg
Magnez	93,5800 mg
Witamina A	381,6000 µg
Witamina B6	0,3610 mg
Witamina D	1,6320 µg
Witamina E	1,9170 mg
Witamina B12	1,9400 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 119,4700 kJ
Sód	626,1400 mg
Potas	663,8200 mg
Witamina B3	4,3650 mg
Foliany	125,0200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Barszcz czerwony z makaronem pszennym, Pulpet rybny na parze, Sos pieczarkowy, Kasza gryczana prażona gotowana, Surówka z białej kapusty, marchewki i cebuli, Brokuł gotowany

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	96	Bułka Tarta	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
4	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	147	Dorsz Świeży	100 g	0,00 / g	0,0000
6	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
7	24	Kapusta Biała	100 g	0,00 / kg	0,0000
8	64	Kasza Gryczana Prażona Cała	80 g	0,00 / kg	0,0000
9	33	Koperek Zielony	5 g	0,00 / kg	0,0000
10	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000

11	35	Marchew	45 g	0,00 / kg	0,0000
12	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
13	71	Mąka Pszena	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
15	41	Pieczarka Uprawna	100 g	0,00 / kg	0,0000
16	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
17	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	776,4500 kcal
Białko	43,1800 g
Tłuszcz	19,0570 g
Węglowodany	99,1410 g
Błonnik pokarmowy	17,9000 g
Woda	531,3780 g
Sól	0,6857 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	2,6656 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,8863 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,7212 g
Skrobia	77,8400 g
Sacharoza	9,7200 g
Fruktoza	3,6550 g
Glukoza	4,1700 g
Wapń	236,3200 mg
Żelazo	7,7270 mg
Witamina B1	0,7844 mg
Witamina B2	1,0886 mg
Witamina C	156,5900 mg
Fosfor	923,0900 mg
Magnez	288,2700 mg
Witamina A	1 000,7200 µg
Witamina B6	1,2345 mg
Witamina D	3,4280 µg
Witamina E	8,6815 mg
Witamina B12	1,1300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 268,8200 kJ
Sód	273,6100 mg
Potas	2 248,8800 mg
Witamina B3	10,8911 mg
Foliany	390,4800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Żółty, Sałatka jarzynowa 3-składnikowa z groszkiem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	11	Groszek Zielony	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
5	77	Majonez	10 g	0,00 / kg	0,0000

6	35	Marchew	40 g	0,00 / kg	0,0000
7	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
8	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
10	25	Seler	30 g	0,00 / kg	0,0000
11	107	Ser Żółty	40 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	589,5000 kcal
Białko	22,8300 g
Tłuszcz	27,6700 g
Węglowodany	55,9600 g
Błonnik pokarmowy	12,5900 g
Woda	176,0450 g
Sól	1,9943 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,0480 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	10,1865 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,9815 g
Skrobia	43,7450 g
Laktoza	0,1000 g
Sacharoza	8,8750 g
Fruktoza	0,8450 g
Glukoza	0,9650 g
Wapń	427,4000 mg
Żelazo	4,0150 mg
Witamina B1	0,4241 mg
Witamina B2	0,3579 mg
Witamina C	36,4650 mg
Fosfor	497,5000 mg
Magnez	106,1500 mg
Witamina A	925,0000 µg
Witamina B6	0,4440 mg
Witamina D	0,1810 µg
Witamina E	4,5440 mg
Witamina B12	0,8690 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 463,5000 kJ
Sód	797,6000 mg
Potas	720,6500 mg
Witamina B3	5,9620 mg
Foliany	145,8200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: Banany

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	15	Banany	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	116,4000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3600 g
Węglowodany	26,1600 g
Błonnik pokarmowy	2,0400 g
Woda	89,2800 g
Sól	0,0036 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,1440 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0360 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0720 g
Skrobia	2,7600 g
Sacharoza	13,3200 g
Fruktoza	4,4400 g
Glukoza	5,2800 g
Wapń	7,2000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0480 mg
Witamina B2	0,1200 mg
Witamina C	10,8000 mg
Fosfor	24,0000 mg
Magnez	39,6000 mg
Witamina A	9,6000 µg
Witamina B6	0,4320 mg
Witamina E	0,3240 mg
Wartość energetyczna (kJ)	494,4000 kJ
Sód	1,2000 mg
Potas	474,0000 mg
Witamina B3	0,6000 mg
Foliiany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: *Salatka z pomidora, ogórka i słonecznika*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	38	Ogórek	30 g	0,00 / kg	0,0000
2	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
4	43	Pomidory	100 g	0,00 / kg	0,0000
5	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	128,3500 kcal
Białko	3,7700 g
Tłuszcz	9,6200 g
Węglowodany	5,7200 g
Błonnik pokarmowy	2,1600 g
Woda	127,6150 g
Sól	0,0341 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,8365 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,0040 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,3155 g
Skrobia	1,7850 g
Sacharoza	0,3050 g
Fruktoza	1,7250 g
Glukoza	1,4350 g
Wapń	36,2500 mg
Żelazo	1,2450 mg
Witamina B1	0,2100 mg
Witamina B2	0,0937 mg
Witamina C	34,2850 mg
Fosfor	110,5000 mg
Magnez	49,7500 mg
Witamina A	161,0000 µg
Witamina B6	0,2300 mg
Witamina E	5,5435 mg
Wartość energetyczna (kJ)	534,8500 kJ
Sód	13,5500 mg
Potas	433,5500 mg
Witamina B3	1,8240 mg
Foliiany	58,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 27-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Twarogowy Półtłusty, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
3	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
4	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
5	126	<i>Polędwica Sopocka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
6	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
7	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	587,4300 kcal
Białko	37,4940 g
Tłuszcz	19,9690 g
Węglowodany	60,5130 g
Błonnik pokarmowy	7,9990 g
Woda	385,9510 g
Sól	2,1538 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,2938 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,9278 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,7393 g
Skrobia	42,0770 g
Laktoza	11,0600 g
Sacharoza	0,8000 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	335,7600 mg
Żelazo	4,2590 mg
Witamina B1	0,6189 mg
Witamina B2	0,7837 mg
Witamina C	25,0000 mg
Fosfor	618,3200 mg
Magnez	136,5000 mg
Witamina A	258,0400 µg
Witamina B6	0,6259 mg
Witamina D	0,3810 µg
Witamina E	2,6429 mg
Witamina B12	1,4200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 469,0700 kJ
Sód	861,0900 mg
Potas	1 098,8900 mg
Witamina B3	8,2500 mg
Foliany	105,2600 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami, Udko z kurczaka duszone, Sos cytrynowy, Ryż dziki gotowany, Marchew gotowana, Brukselka gotowana

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	14	Brukselka	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	88	Ćwiarki Z Kurczaka	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	115 g	0,00 / kg	0,0000
4	97	Margaryna Stołowa	12 g	0,00 / kg	0,0000
5	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	15 g	0,00 / kg	0,0000
8	75	Ryż Dziki	80 g	0,00 / kg	0,0000
9	25	Seler	100 g	0,00 / kg	0,0000
10	(AUTO)14	Sok Z Cytryny	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	797,7000 kcal
Białko	34,5600 g
Tłuszcz	24,8650 g
Węglowodany	97,4200 g
Błonnik pokarmowy	23,3800 g
Woda	441,3560 g
Sól	0,7660 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	6,0861 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	9,9474 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	6,5021 g
Skrobia	82,7350 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,5900 g
Fruktoza	2,8950 g
Glukoza	3,4100 g
Wapń	198,5500 mg
Żelazo	4,4800 mg
Witamina B1	0,7443 mg
Witamina B2	0,6513 mg
Witamina C	125,8600 mg
Fosfor	611,9500 mg
Magnez	190,3500 mg
Witamina A	2 086,8500 µg
Witamina B6	1,6130 mg
Witamina D	1,1100 µg
Witamina E	7,2517 mg
Witamina B12	0,4300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 350,7500 kJ
Sód	306,0500 mg
Potas	1 891,3500 mg
Witamina B3	9,9675 mg
Foliany	290,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, Ogórek

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	148	Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty	45 g	0,00 / kg	0,0000
6	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	440,0000 kcal
Białko	27,2850 g
Tłuszcz	15,1450 g
Węglowodany	45,2450 g
Błonnik pokarmowy	6,6500 g
Woda	156,6050 g
Sól	2,3128 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,6390 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,2175 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4740 g
Skrobia	41,2500 g
Laktoza	1,3650 g
Sacharoza	0,4500 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	74,7000 mg
Żelazo	2,6500 mg
Witamina B1	0,3097 mg
Witamina B2	0,3261 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	408,9000 mg
Magnez	89,6500 mg
Witamina A	135,7500 µg
Witamina B6	0,4860 mg
Witamina D	0,1615 µg
Witamina E	1,4285 mg
Witamina B12	0,4650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 845,9000 kJ
Sód	924,9000 mg
Potas	516,8000 mg
Witamina B3	9,9995 mg
Foliany	62,9000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Jabłka*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	1	<i>Jabłka</i>	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Tłuszcz	0,6000 g
Węglowodany	15,1500 g
Błonnik pokarmowy	3,0000 g
Woda	130,2000 g
Sól	0,0075 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0600 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0150 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1350 g
Skrobia	0,4500 g
Sacharoza	3,4500 g
Fruktoza	8,1000 g
Glukoza	3,0000 g
Wapń	6,0000 mg
Żelazo	0,4500 mg
Witamina B1	0,0510 mg
Witamina B2	0,0390 mg
Witamina C	13,8000 mg
Fosfor	13,5000 mg
Magnez	4,5000 mg
Witamina A	6,0000 µg
Witamina B6	0,0450 mg
Witamina E	0,7350 mg
Wartość energetyczna (kJ)	313,5000 kJ
Sód	3,0000 mg
Potas	201,0000 mg
Witamina B3	0,2550 mg
Foliany	9,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sok Pomidorowy

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	57	Sok Pomidorowy	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	27,0000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3000 g
Węglowodany	4,0500 g
Błonnik pokarmowy	1,6500 g
Woda	141,4500 g
Sól	0,7245 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0750 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0300 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1650 g
Skrobia	0,1500 g
Sacharoza	0,1500 g
Fruktoza	2,1000 g
Glukoza	1,6500 g
Wapń	12,0000 mg
Żelazo	0,7500 mg
Witamina B1	0,0885 mg
Witamina B2	0,0585 mg
Witamina C	24,7500 mg
Fosfor	28,5000 mg
Magnez	13,5000 mg
Witamina A	148,5000 µg
Witamina B6	0,2100 mg
Witamina E	1,6950 mg
Wartość energetyczna (kJ)	114,0000 kJ
Sód	289,5000 mg
Potas	390,0000 mg
Witamina B3	1,3800 mg
Foliiany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 28-04-2024****Dieta: 12 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Schab Parzony, Papryka Konserwowa, Musztarda***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	60	g	0,00 / szt.	0,0000
3	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
4	98	Masło	10	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
6	78	Musztarda	20	g	0,00 / kg	0,0000
7	40	Papryka Konserwowa	50	g	0,00 / kg	0,0000
8	128	Schab Parzony	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	577,9000 kcal
Białko	37,0200 g
Tłuszcz	22,3000 g
Węglowodany	53,3050 g
Błonnik pokarmowy	7,6400 g
Woda	270,0200 g
Sól	2,2519 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,0040 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,6820 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,6880 g
Skrobia	41,2650 g
Laktoza	4,7600 g
Sacharoza	2,6500 g
Wapń	208,2500 mg
Żelazo	5,2000 mg
Witamina B1	0,6546 mg
Witamina B2	0,7517 mg
Witamina C	41,6000 mg
Fosfor	591,6500 mg
Magnez	122,8000 mg
Witamina A	336,1000 µg
Witamina B6	0,5930 mg
Witamina D	1,4710 µg
Witamina E	2,4210 mg
Witamina B12	1,7750 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 421,6500 kJ
Sód	900,2000 mg
Potas	692,1000 mg
Witamina B3	9,3580 mg
Foliany	97,3000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Obiad**

Skład: Rosół z makaronem pszennym, Pulpet wieprzowy gotowany, Sos pomidorowy, Ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane, Surówka z ogórków kwaszonych, cebuli i pietruszki

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	12 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	100 g	0,00 / kg	0,0000
10	37	Ogórki Kwaszone	100 g	0,00 / kg	0,0000
11	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
12	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000

13	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
14	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
15	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
16	30	Ziemniaki	260 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	749,0500 kcal
Białko	37,5500 g
Tłuszcz	22,8220 g
Węglowodany	92,4760 g
Błonnik pokarmowy	10,9200 g
Woda	578,0130 g
Sól	2,2836 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	6,4711 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	9,9868 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,7997 g
Skrobia	72,9850 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	10,6050 g
Fruktoza	3,0450 g
Glukoza	2,7150 g
Wapń	150,0700 mg
Żelazo	6,5570 mg
Witamina B1	0,9853 mg
Witamina B2	0,6703 mg
Witamina C	87,3550 mg
Fosfor	464,3400 mg
Magnez	183,4700 mg
Witamina A	841,7200 µg
Witamina B6	1,3680 mg
Witamina D	1,4480 µg
Witamina E	6,2715 mg
Witamina B12	0,8600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 142,7700 kJ
Sód	912,4100 mg
Potas	2 536,9300 mg
Witamina B3	12,6466 mg
Foliany	255,0800 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Twarogowy Półtusty, Szynka Konserwowa, Ogórki Konserwowe Całe*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	103	Ser Twarogowy Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	119	Szynka Konserwowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	454,8000 kcal
Białko	24,8200 g
Tłuszcz	16,3500 g
Węglowodany	48,7700 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	160,3000 g
Sól	2,6838 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,7920 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,9110 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,6610 g
Skrobia	42,4000 g
Laktoza	1,6600 g
Sacharoza	2,5000 g
Wapń	79,6000 mg
Żelazo	2,8600 mg
Witamina B1	0,3872 mg
Witamina B2	0,3760 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	358,2000 mg
Magnez	74,6000 mg
Witamina A	105,9000 µg
Witamina B6	0,2810 mg
Witamina D	0,3010 µg
Witamina E	1,2970 mg
Witamina B12	0,5600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 907,6000 kJ
Sód	1 073,4000 mg
Potas	396,0000 mg
Witamina B3	5,3270 mg
Foliany	55,6500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: Pomarańcza

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)13	Pomarańcza	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	56,4000 kcal
Białko	1,0800 g
Tłuszcz	0,2400 g
Węglowodany	11,2800 g
Błonnik pokarmowy	2,2800 g
Woda	104,5200 g
Sól	0,0096 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0240 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0480 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0480 g
Sacharoza	4,6800 g
Fruktoza	3,0000 g
Glukoza	2,7600 g
Wapń	39,6000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0960 mg
Witamina B2	0,0360 mg
Witamina C	58,8000 mg
Fosfor	27,6000 mg
Magnez	14,4000 mg
Witamina A	22,8000 µg
Witamina B6	0,1200 mg
Witamina E	0,2280 mg
Wartość energetyczna (kJ)	237,6000 kJ
Sód	3,6000 mg
Potas	219,6000 mg
Witamina B3	0,2400 mg
Foliany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sałatka z pomidora, mozzarelli i słonecznika

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
2	43	Pomidory	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)20	Ser Mozzarella	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	189,2000 kcal
Białko	8,5900 g
Tłuszcz	14,6700 g
Węglowodany	5,0600 g
Błonnik pokarmowy	1,8000 g
Woda	94,6500 g
Sól	0,2308 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	4,4255 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,0035 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,2940 g
Skrobia	1,7300 g
Sacharoza	0,2700 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	22,1000 mg
Żelazo	0,9200 mg
Witamina B1	0,1958 mg
Witamina B2	0,0683 mg
Witamina C	23,0000 mg
Fosfor	99,4000 mg
Magnez	43,9000 mg
Witamina A	107,5000 µg
Witamina B6	0,2100 mg
Witamina E	5,3375 mg
Wartość energetyczna (kJ)	506,6000 kJ
Sód	8,3000 mg
Potas	361,3000 mg
Witamina B3	1,6970 mg
Foliiany	45,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 22-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Schab Parzony, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka Konserwowa, Maślanka***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	144	<i>Kawa Zbożowa</i>	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	<i>Masło</i>	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	149	<i>Maślanka</i>	200 g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	100 g	0,00 / kg	0,0000
6	40	<i>Papryka Konserwowa</i>	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	128	<i>Schab Parzony</i>	50 g	0,00 / kg	0,0000
8	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	600,9000 kcal
Białko	44,5300 g
Tłuszcz	18,5500 g
Węglowodany	60,1350 g
Błonnik pokarmowy	7,3000 g
Woda	429,1700 g
Sól	2,0151 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,2370 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,2910 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0060 g
Skrobia	41,2650 g
Laktoza	15,7600 g
Sacharoza	0,5500 g
Wapń	428,0500 mg
Żelazo	3,8200 mg
Witamina B1	0,6912 mg
Witamina B2	0,9515 mg
Witamina C	41,6000 mg
Fosfor	708,7500 mg
Magnez	122,7000 mg
Witamina A	208,4000 µg
Witamina B6	0,6560 mg
Witamina D	0,4960 µg
Witamina E	1,9870 mg
Witamina B12	1,8150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 523,5500 kJ
Sód	805,6000 mg
Potas	935,8000 mg
Witamina B3	9,6120 mg
Foliany	74,2000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa z ziemniakami, Pieczeń rzymska, Sos chrzanowy, Kasza jęczmienna perłowa gotowana, Surówka z kwaszonej kapusty, marchewki i cebuli, Cukinia na parze

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	15 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)39	Chrzan Tarty	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
4	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
5	31	Kapusta Kwaszona	100 g	0,00 / kg	0,0000
6	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	80 g	0,00 / kg	0,0000
7	35	Marchew	60 g	0,00 / kg	0,0000
8	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
9	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
10	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	130 g	0,00 / kg	0,0000
11	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
12	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000

13	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
14	25	Seler	30 g	0,00 / kg	0,0000
15	30	Ziemniaki	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	832,8500 kcal
Białko	41,7100 g
Tłuszcz	28,0520 g
Węglowodany	95,4560 g
Błonnik pokarmowy	14,7550 g
Woda	470,5930 g
Sól	1,1766 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	6,5971 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	13,0893 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,9442 g
Skrobia	84,3200 g
Sacharoza	5,6400 g
Fruktoza	2,3200 g
Glukoza	2,4100 g
Wapń	143,6200 mg
Żelazo	5,4420 mg
Witamina B1	1,1886 mg
Witamina B2	0,6971 mg
Witamina C	60,7850 mg
Fosfor	552,4400 mg
Magnez	133,4700 mg
Witamina A	1 137,5200 µg
Witamina B6	1,2500 mg
Witamina D	1,3620 µg
Witamina E	6,4090 mg
Witamina B12	1,0060 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 458,9700 kJ
Sód	454,8100 mg
Potas	1 823,8800 mg
Witamina B3	12,8466 mg
Foliany	208,3500 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Dorsz w sosie pomidorowym z warzywami, Ser Homogenizowany Półtusty*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	147	Dorsz Świeży	70 g	0,00 / g	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
9	106	Ser Homogenizowany Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	473,1000 kcal
Białko	28,6500 g
Tłuszcz	16,2800 g
Węglowodany	48,3300 g
Błonnik pokarmowy	9,0900 g
Woda	193,8500 g
Sól	1,3874 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,1970 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,4540 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,6350 g
Skrobia	41,4800 g
Laktoza	1,0600 g
Sacharoza	2,1100 g
Fruktoza	1,2600 g
Glukoza	1,1800 g
Wapń	107,8000 mg
Żelazo	3,2000 mg
Witamina B1	0,3535 mg
Witamina B2	0,2928 mg
Witamina C	16,0500 mg
Fosfor	422,4000 mg
Magnez	101,3000 mg
Witamina A	661,5000 µg
Witamina B6	0,4920 mg
Witamina D	0,8710 µg
Witamina E	2,3560 mg
Witamina B12	1,0500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 983,5000 kJ
Sód	554,8000 mg
Potas	828,8000 mg
Witamina B3	6,6990 mg
Foliany	106,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Banany*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	15	<i>Banany</i>	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	116,4000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3600 g
Węglowodany	26,1600 g
Błonnik pokarmowy	2,0400 g
Woda	89,2800 g
Sól	0,0036 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,1440 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0360 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0720 g
Skrobia	2,7600 g
Sacharoza	13,3200 g
Fruktoza	4,4400 g
Glukoza	5,2800 g
Wapń	7,2000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0480 mg
Witamina B2	0,1200 mg
Witamina C	10,8000 mg
Fosfor	24,0000 mg
Magnez	39,6000 mg
Witamina A	9,6000 µg
Witamina B6	0,4320 mg
Witamina E	0,3240 mg
Wartość energetyczna (kJ)	494,4000 kJ
Sód	1,2000 mg
Potas	474,0000 mg
Witamina B3	0,6000 mg
Foliiany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Koktajl na maślanec z truskawkami i siemieniem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	149	Maślanka	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)23	Siemię Lniane	3 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)2	Truskawki, Mrożone	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	67,9300 kcal
Białko	4,4850 g
Tłuszcz	1,6300 g
Węglowodany	8,1100 g
Błonnik pokarmowy	1,4400 g
Woda	136,1300 g
Sól	0,1574 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,4208 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,3024 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,7717 g
Skrobia	0,5010 g
Laktoza	4,7000 g
Sacharoza	0,5030 g
Fruktoza	1,2000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	128,8500 mg
Żelazo	0,9630 mg
Witamina B1	0,0591 mg
Witamina B2	0,2073 mg
Witamina C	29,7000 mg
Fosfor	114,1600 mg
Magnez	26,7300 mg
Witamina A	9,0000 µg
Witamina B6	0,0712 mg
Witamina E	0,0651 mg
Witamina B12	0,3000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	285,9100 kJ
Sód	62,8700 mg
Potas	239,3600 mg
Witamina B3	0,2820 mg
Foliany	10,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 23-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Kiełbasa Zielonogórska, Sałata, Rzodkiewka, Gruszki***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	22	Gruszki	130 g	0,00 / kg	0,0000
3	83	Jaja Kurze Świeże	60 g	0,00 / szt.	0,0000
4	79	Kakao 20%	7 g	0,00 / kg	0,0000
5	120	Kiełbasa Zielonogórska	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
7	101	Mleko 2%	200 g	0,00 / kg	0,0000
8	45	Rzodkiewka	50 g	0,00 / kg	0,0000
9	46	Sałata	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	698,9300 kcal
Białko	37,0640 g
Tłuszcz	26,3690 g
Węglowodany	72,7630 g
Błonnik pokarmowy	10,9190 g
Woda	464,2210 g
Sól	2,5171 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,8798 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,8488 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,4413 g
Skrobia	42,0270 g
Laktoza	9,4600 g
Sacharoza	3,1000 g
Fruktoza	8,4100 g
Glukoza	3,0600 g
Wapń	339,9600 mg
Żelazo	5,9890 mg
Witamina B1	0,6400 mg
Witamina B2	0,9389 mg
Witamina C	20,4900 mg
Fosfor	630,3200 mg
Magnez	146,5000 mg
Witamina A	318,0400 µg
Witamina B6	0,5379 mg
Witamina D	1,4360 µg
Witamina E	2,4439 mg
Witamina B12	2,0650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 930,7700 kJ
Sód	1 006,1900 mg
Potas	1 121,9900 mg
Witamina B3	7,1700 mg
Foliany	124,6600 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa grochowa z ziemniakami, Gzik z sera, rzodkiewki i szczypiorku, Ziemniaki gotowane, Surówka z ogórków kwaszonych, cebuli i pietruszki

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
2	54	Groch-Cale Ziarno	80 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
4	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
5	37	Ogórki Kwaszone	100 g	0,00 / kg	0,0000
6	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
8	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
9	45	Rzodkiewka	30 g	0,00 / kg	0,0000
10	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
11	103	Ser Twarogowy Półtłusty	150 g	0,00 / kg	0,0000

12	26	Szczypiorek	10 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	280 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	763,3500 kcal
Białko	54,6900 g
Tłuszcz	16,9950 g
Węglowodany	88,1450 g
Błonnik pokarmowy	18,7250 g
Woda	519,6910 g
Sól	2,1130 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,6791 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,7859 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,3931 g
Skrobia	74,9700 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	3,7100 g
Fruktoza	0,7000 g
Glukoza	0,9800 g
Wapń	258,0500 mg
Żelazo	6,7550 mg
Witamina B1	0,9064 mg
Witamina B2	1,1030 mg
Witamina C	75,5850 mg
Fosfor	856,5000 mg
Magnez	237,9000 mg
Witamina A	488,0000 µg
Witamina B6	1,2225 mg
Witamina D	0,4850 µg
Witamina E	4,0232 mg
Witamina B12	1,2000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 208,8500 kJ
Sód	844,3500 mg
Potas	2 421,1500 mg
Witamina B3	7,4695 mg
Foliany	286,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, Ogórki Konserwowe Całe

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	148	Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty	45 g	0,00 / kg	0,0000
7	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	464,9500 kcal
Białko	27,0850 g
Tłuszcz	15,1450 g
Węglowodany	51,7350 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	155,1150 g
Sól	2,7855 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,6290 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,2175 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4640 g
Skrobia	41,2000 g
Laktoza	1,3650 g
Sacharoza	7,5900 g
Wapń	70,7500 mg
Żelazo	2,6000 mg
Witamina B1	0,3007 mg
Witamina B2	0,3146 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	402,4000 mg
Magnez	88,6500 mg
Witamina A	126,7500 µg
Witamina B6	0,4760 mg
Witamina D	0,1615 µg
Witamina E	1,3735 mg
Witamina B12	0,4650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 951,7500 kJ
Sód	1 113,9500 mg
Potas	481,4000 mg
Witamina B3	9,9445 mg
Foliany	57,5500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: Jabłka

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	1	Jabłka	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Tłuszcz	0,6000 g
Węglowodany	15,1500 g
Błonnik pokarmowy	3,0000 g
Woda	130,2000 g
Sól	0,0075 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0600 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0150 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1350 g
Skrobia	0,4500 g
Sacharoza	3,4500 g
Fruktoza	8,1000 g
Glukoza	3,0000 g
Wapń	6,0000 mg
Żelazo	0,4500 mg
Witamina B1	0,0510 mg
Witamina B2	0,0390 mg
Witamina C	13,8000 mg
Fosfor	13,5000 mg
Magnez	4,5000 mg
Witamina A	6,0000 µg
Witamina B6	0,0450 mg
Witamina E	0,7350 mg
Wartość energetyczna (kJ)	313,5000 kJ
Sód	3,0000 mg
Potas	201,0000 mg
Witamina B3	0,2550 mg
Foliany	9,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sałatka z ogórka, rzodkiewki i słonecznika

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	33	Koperek Zielony	2 g	0,00 / kg	0,0000
2	38	Ogórek	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
4	45	Rzodkiewka	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	122,7600 kcal
Białko	3,4960 g
Tłuszcz	9,5380 g
Węglowodany	4,8860 g
Błonnik pokarmowy	1,9160 g
Woda	126,0700 g
Sól	0,0376 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,8225 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,9915 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,2420 g
Skrobia	1,7620 g
Sacharoza	0,3020 g
Fruktoza	0,8840 g
Glukoza	1,0360 g
Wapń	38,0800 mg
Żelazo	0,9140 mg
Witamina B1	0,1732 mg
Witamina B2	0,0716 mg
Witamina C	14,8000 mg
Fosfor	108,1200 mg
Magnez	46,2800 mg
Witamina A	36,1000 µg
Witamina B6	0,1260 mg
Witamina E	4,2845 mg
Wartość energetyczna (kJ)	510,4200 kJ
Sód	14,7400 mg
Potas	283,0200 mg
Witamina B3	0,9690 mg
Foliany	28,9200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 24-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Żółty, Sałata, Pomidory, Kiwi***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	144	<i>Kawa Zbożowa</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
3	151	<i>Kiwi</i>	80	g	0,00 / kg	0,0000
4	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
6	126	<i>Polędwica Sopocka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
7	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	46	<i>Sałata</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
9	107	<i>Ser Żółty</i>	60	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	677,0000 kcal
Białko	40,0000 g
Tłuszcz	28,5600 g
Węglowodany	60,2850 g
Błonnik pokarmowy	9,4200 g
Woda	369,8200 g
Sól	2,9206 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	16,3110 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,5930 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,1490 g
Skrobia	41,5550 g
Laktoza	4,8200 g
Sacharoza	1,1700 g
Fruktoza	4,8300 g
Glukoza	4,6800 g
Wapń	702,1500 mg
Żelazo	4,0700 mg
Witamina B1	0,5959 mg
Witamina B2	0,6159 mg
Witamina C	72,5000 mg
Fosfor	714,2500 mg
Magnez	120,3000 mg
Witamina A	399,6000 µg
Witamina B6	0,6700 mg
Witamina D	0,4300 µg
Witamina E	2,9380 mg
Witamina B12	1,8800 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 836,7500 kJ
Sód	1 168,0000 mg
Potas	1 066,8000 mg
Witamina B3	8,4090 mg
Foliany	134,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym, Filet z kurczaka duszony, Sos pietruszkowy, Ziemniaki gotowane, Surówka z marchwi i jabłka, Brokuł gotowany

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	85	Filet Z Kurczaka	130 g	0,00 / kg	0,0000
3	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	115 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
13	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	30	Ziemniaki	280 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	757,3500 kcal
Białko	45,2000 g
Tłuszcz	18,4850 g
Węglowodany	95,5150 g
Błonnik pokarmowy	13,8050 g
Woda	602,5710 g
Sól	0,5661 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	3,0666 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,4784 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,1471 g
Skrobia	75,9600 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,2800 g
Fruktoza	6,3400 g
Glukoza	5,2400 g
Wapń	161,5500 mg
Żelazo	5,0750 mg
Witamina B1	0,5917 mg
Witamina B2	0,6574 mg
Witamina C	159,6950 mg
Fosfor	654,3000 mg
Magnez	184,5000 mg
Witamina A	2 345,3000 µg
Witamina B6	2,0285 mg
Witamina D	0,3960 µg
Witamina E	8,0707 mg
Witamina B12	0,5840 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 187,8500 kJ
Sód	225,3500 mg
Potas	2 904,3500 mg
Witamina B3	23,3395 mg
Foliiany	301,4800 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Sałatka z ryżem, ciecierzycą i ogórkiem, Schab Parzony

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)18	Ciecierzycy, Nasiona Suche	20 g	0,00 / kg	0,0000
3	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
4	109	Jogurt Naturalny 2%	20 g	0,00 / kg	0,0000
5	33	Koperek Zielony	5 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
7	38	Ogórek	30 g	0,00 / kg	0,0000
8	75	Ryż Dziki	10 g	0,00 / kg	0,0000

9	45	Rzodkiewka	20 g	0,00 / kg	0,0000
10	128	Schab Parzony	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	521,0500 kcal
Białko	30,4900 g
Tłuszcz	14,3300 g
Węglowodany	63,8600 g
Błonnik pokarmowy	11,4850 g
Woda	142,3000 g
Sól	1,2303 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	7,2530 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,8030 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,5550 g
Skrobia	47,9550 g
Laktoza	0,7000 g
Sacharoza	0,6350 g
Fruktoza	0,3400 g
Glukoza	0,4450 g
Wapń	105,3000 mg
Żelazo	4,7050 mg
Witamina B1	0,6218 mg
Witamina B2	0,2595 mg
Witamina C	9,0700 mg
Fosfor	377,3500 mg
Magnez	119,0000 mg
Witamina A	110,9000 µg
Witamina B6	0,5850 mg
Witamina D	0,4370 µg
Witamina E	1,4130 mg
Witamina B12	0,5150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 882,2000 kJ
Sód	496,6500 mg
Potas	563,5000 mg
Witamina B3	9,5290 mg
Foliany	59,6000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: Pomarańcza

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)13	Pomarańcza	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	56,4000 kcal
Białko	1,0800 g
Tłuszcz	0,2400 g
Węglowodany	11,2800 g
Błonnik pokarmowy	2,2800 g
Woda	104,5200 g
Sól	0,0096 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0240 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0480 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0480 g
Sacharoza	4,6800 g
Fruktoza	3,0000 g
Glukoza	2,7600 g
Wapń	39,6000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0960 mg
Witamina B2	0,0360 mg
Witamina C	58,8000 mg
Fosfor	27,6000 mg
Magnez	14,4000 mg
Witamina A	22,8000 µg
Witamina B6	0,1200 mg
Witamina E	0,2280 mg
Wartość energetyczna (kJ)	237,6000 kJ
Sód	3,6000 mg
Potas	219,6000 mg
Witamina B3	0,2400 mg
Foliany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Jogurt Naturalny 2%

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	109	Jogurt Naturalny 2%	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,4500 g
Tłuszcz	3,0000 g
Węglowodany	9,3000 g
Woda	129,7500 g
Sól	0,2370 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	1,7850 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,9450 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0900 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	1,5000 g
Wapń	255,0000 mg
Żelazo	0,1500 mg
Witamina B1	0,0690 mg
Witamina B2	0,3240 mg
Witamina C	1,5000 mg
Fosfor	183,0000 mg
Magnez	25,5000 mg
Witamina A	24,0000 µg
Witamina B6	0,0900 mg
Witamina D	0,0450 µg
Witamina E	0,0450 mg
Witamina B12	0,7500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	379,5000 kJ
Sód	94,5000 mg
Potas	300,0000 mg
Witamina B3	0,2100 mg
Foliany	15,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 25-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao na mleku, Chleb pszenno-żytni z masłem, Kielbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka, Jogurt Naturalny 2%***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	109	<i>Jogurt Naturalny 2%</i>	150	g	0,00 / kg	0,0000
3	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
4	120	<i>Kielbasa Zielonogórska</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
5	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
6	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
7	39	<i>Papryka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
8	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	700,9300 kcal
Białko	44,5940 g
Tłuszcz	25,7690 g
Węglowodany	68,7630 g
Błonnik pokarmowy	7,7990 g
Woda	463,6010 g
Sól	2,5798 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	14,2288 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,9278 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0943 g
Skrobia	42,0270 g
Laktoza	15,8600 g
Sacharoza	2,2500 g
Fruktoza	1,2000 g
Glukoza	1,0500 g
Wapń	587,7600 mg
Żelazo	4,3590 mg
Witamina B1	0,6634 mg
Witamina B2	1,1572 mg
Witamina C	75,5000 mg
Fosfor	788,8200 mg
Magnez	160,0000 mg
Witamina A	439,5400 µg
Witamina B6	0,7659 mg
Witamina D	0,5060 µg
Witamina E	2,9729 mg
Witamina B12	2,2550 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 943,5700 kJ
Sód	1 031,0900 mg
Potas	1 241,3900 mg
Witamina B3	7,9650 mg
Foliany	107,6600 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik z kaszą jęczmienną, Bitka schabowa duszona, Sos pieczeniowy, Ziemniaki gotowane, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka, Cukinia na parze

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
2	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	152	Kapusta Czerwona	100 g	0,00 / kg	0,0000
5	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	99	Olej Rzepakowy	15 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	125	Schab Surowy	130 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	310 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	798,7000 kcal
Białko	43,6100 g
Tłuszcz	25,2750 g
Węglowodany	93,2550 g
Błonnik pokarmowy	11,4350 g
Woda	601,5460 g
Sól	0,3550 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	4,3741 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	12,9224 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	6,2706 g
Skrobia	80,2850 g
Sacharoza	5,1750 g
Fruktoza	4,3450 g
Glukoza	4,0750 g
Wapń	117,7000 mg
Żelazo	4,7500 mg
Witamina B1	1,5371 mg
Witamina B2	0,5560 mg
Witamina C	121,3800 mg
Fosfor	576,5000 mg
Magnez	159,3500 mg
Witamina A	332,6000 µg
Witamina B6	1,9045 mg
Witamina D	1,1300 µg
Witamina E	8,4402 mg
Witamina B12	0,9100 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 354,9000 kJ
Sód	140,7000 mg
Potas	2 552,7000 mg
Witamina B3	18,2515 mg
Foliany	214,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany Półtusty, Szynka Drobiowa, Ogórki Konserwowe Całe*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	106	Ser Homogenizowany Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	446,8000 kcal
Białko	25,4700 g
Tłuszcz	16,1000 g
Węglowodany	46,6700 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	160,8500 g
Sól	2,7993 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	9,2170 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,4960 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4660 g
Skrobia	41,2000 g
Laktoza	1,0600 g
Sacharoza	2,6000 g
Wapń	80,1000 mg
Żelazo	2,6100 mg
Witamina B1	0,3032 mg
Witamina B2	0,2780 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	375,2000 mg
Magnez	89,1000 mg
Witamina A	108,9000 µg
Witamina B6	0,4460 mg
Witamina D	0,1710 µg
Witamina E	1,3920 mg
Witamina B12	0,5000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 873,6000 kJ
Sód	1 119,4000 mg
Potas	493,0000 mg
Witamina B3	9,9420 mg
Foliany	56,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Gruszki*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	22	Gruszki	130 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,4000 kcal
Białko	0,7800 g
Tłuszcz	0,2600 g
Węglowodany	15,9900 g
Błonnik pokarmowy	2,7300 g
Woda	109,8500 g
Sól	0,0065 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0520 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0260 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1170 g
Sacharoza	2,3400 g
Fruktoza	8,0600 g
Glukoza	2,4700 g
Wapń	15,6000 mg
Żelazo	0,3900 mg
Witamina B1	0,0247 mg
Witamina B2	0,0481 mg
Witamina C	6,8900 mg
Fosfor	19,5000 mg
Magnez	10,4000 mg
Witamina A	2,6000 µg
Witamina B6	0,0260 mg
Witamina E	0,5200 mg
Wartość energetyczna (kJ)	317,2000 kJ
Sód	2,6000 mg
Potas	153,4000 mg
Witamina B3	0,1170 mg
Foliany	13,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Dodatek Kolacyjny

Skład: Koktajl na maślanke z malinami i siemieniem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)3	Maliny, Mrożone	50 g	0,00 / kg	0,0000
2	149	Maślanka	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)23	Siemię Lniane	3 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	72,9300 kcal
Białko	4,7850 g
Tłuszcz	1,5800 g
Węglowodany	7,8600 g
Błonnik pokarmowy	3,8900 g
Woda	133,7800 g
Sól	0,1584 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,4158 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,2724 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,6817 g
Skrobia	0,5010 g
Laktoza	4,7000 g
Sacharoza	0,5030 g
Fruktoza	1,1000 g
Glukoza	0,8500 g
Wapń	133,3500 mg
Żelazo	1,0130 mg
Witamina B1	0,0541 mg
Witamina B2	0,2058 mg
Witamina C	14,1500 mg
Fosfor	118,1600 mg
Magnez	31,7300 mg
Witamina A	9,5000 µg
Witamina B6	0,0712 mg
Witamina E	0,2451 mg
Witamina B12	0,3000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	304,4100 kJ
Sód	63,3700 mg
Potas	274,3600 mg
Witamina B3	0,2720 mg
Foliany	16,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 26-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Sałata, Rzodkiewka, Pasta z jajka, jogurtu i koperku, Jabłka***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	1	Jabłka	150	g	0,00 / kg	0,0000
3	83	Jaja Kurze Świeże	90	g	0,00 / szt.	0,0000
4	109	Jogurt Naturalny 2%	20	g	0,00 / kg	0,0000
5	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
6	33	Koperek Zielony	2	g	0,00 / kg	0,0000
7	98	Masło	10	g	0,00 / kg	0,0000
8	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	45	Rzodkiewka	50	g	0,00 / kg	0,0000
10	46	Sałata	10	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	581,1600 kcal
Białko	25,1860 g
Tłuszcz	21,8080 g
Węglowodany	65,3710 g
Błonnik pokarmowy	10,8560 g
Woda	409,1800 g
Sól	1,5742 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,0210 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,2910 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,1500 g
Skrobia	41,7170 g
Laktoza	5,4000 g
Sacharoza	4,2120 g
Fruktoza	8,4540 g
Glukoza	3,5960 g
Wapń	244,5300 mg
Żelazo	5,2940 mg
Witamina B1	0,4146 mg
Witamina B2	0,8336 mg
Witamina C	27,2200 mg
Fosfor	503,8700 mg
Magnez	98,0800 mg
Witamina A	387,6000 µg
Witamina B6	0,4060 mg
Witamina D	1,6320 µg
Witamina E	2,6520 mg
Witamina B12	1,9400 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 432,9700 kJ
Sód	629,1400 mg
Potas	864,8200 mg
Witamina B3	4,6200 mg
Foliany	134,0200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Barszcz czerwony z makaronem pszennym, Pulpet rybny na parze, Sos pieczarkowy, Kasza gryczana prażona gotowana, Surówka z białej kapusty, marchewki i cebuli, Brokuł gotowany

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	96	Bułka Tarta	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
4	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	147	Dorsz Świeży	130 g	0,00 / g	0,0000
6	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
7	24	Kapusta Biała	100 g	0,00 / kg	0,0000
8	64	Kasza Gryczana Prażona Cała	80 g	0,00 / kg	0,0000
9	33	Koperek Zielony	5 g	0,00 / kg	0,0000
10	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000

11	35	Marchew	45 g	0,00 / kg	0,0000
12	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
13	71	Mąka Pszena	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
15	41	Pieczarka Uprawna	100 g	0,00 / kg	0,0000
16	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
17	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	799,5500 kcal
Białko	48,4900 g
Tłuszcz	19,2670 g
Węglowodany	99,1410 g
Błonnik pokarmowy	17,9000 g
Woda	555,4980 g
Sól	0,7397 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	2,6956 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,9193 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,7872 g
Skrobia	77,8400 g
Sacharoza	9,7200 g
Fruktoza	3,6550 g
Glukoza	4,1700 g
Wapń	239,0200 mg
Żelazo	7,8470 mg
Witamina B1	0,8009 mg
Witamina B2	1,1024 mg
Witamina C	157,1900 mg
Fosfor	978,2900 mg
Magnez	295,7700 mg
Witamina A	1 002,8200 µg
Witamina B6	1,2945 mg
Witamina D	3,7280 µg
Witamina E	8,8135 mg
Witamina B12	1,4300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 366,9200 kJ
Sód	295,2100 mg
Potas	2 355,6800 mg
Witamina B3	11,5811 mg
Foliany	394,0800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Żółty, Sałatka jarzynowa 3-składnikowa z groszkiem

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	11	Groszek Zielony	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
5	77	Majonez	10 g	0,00 / kg	0,0000

6	35	Marchew	40 g	0,00 / kg	0,0000
7	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
8	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
10	25	Seler	30 g	0,00 / kg	0,0000
11	107	Ser Żółty	40 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	589,5000 kcal
Białko	22,8300 g
Tłuszcz	27,6700 g
Węglowodany	55,9600 g
Błonnik pokarmowy	12,5900 g
Woda	176,0450 g
Sól	1,9943 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,0480 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	10,1865 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,9815 g
Skrobia	43,7450 g
Laktoza	0,1000 g
Sacharoza	8,8750 g
Fruktoza	0,8450 g
Glukoza	0,9650 g
Wapń	427,4000 mg
Żelazo	4,0150 mg
Witamina B1	0,4241 mg
Witamina B2	0,3579 mg
Witamina C	36,4650 mg
Fosfor	497,5000 mg
Magnez	106,1500 mg
Witamina A	925,0000 µg
Witamina B6	0,4440 mg
Witamina D	0,1810 µg
Witamina E	4,5440 mg
Witamina B12	0,8690 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 463,5000 kJ
Sód	797,6000 mg
Potas	720,6500 mg
Witamina B3	5,9620 mg
Foliany	145,8200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Banany*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	15	Banany	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	116,4000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3600 g
Węglowodany	26,1600 g
Błonnik pokarmowy	2,0400 g
Woda	89,2800 g
Sól	0,0036 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,1440 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0360 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0720 g
Skrobia	2,7600 g
Sacharoza	13,3200 g
Fruktoza	4,4400 g
Glukoza	5,2800 g
Wapń	7,2000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0480 mg
Witamina B2	0,1200 mg
Witamina C	10,8000 mg
Fosfor	24,0000 mg
Magnez	39,6000 mg
Witamina A	9,6000 µg
Witamina B6	0,4320 mg
Witamina E	0,3240 mg
Wartość energetyczna (kJ)	494,4000 kJ
Sód	1,2000 mg
Potas	474,0000 mg
Witamina B3	0,6000 mg
Foliiany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sałatka z pomidora, ogórka i słonecznika

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	38	Ogórek	30 g	0,00 / kg	0,0000
2	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
4	43	Pomidory	100 g	0,00 / kg	0,0000
5	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	128,3500 kcal
Białko	3,7700 g
Tłuszcz	9,6200 g
Węglowodany	5,7200 g
Błonnik pokarmowy	2,1600 g
Woda	127,6150 g
Sól	0,0341 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,8365 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,0040 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,3155 g
Skrobia	1,7850 g
Sacharoza	0,3050 g
Fruktoza	1,7250 g
Glukoza	1,4350 g
Wapń	36,2500 mg
Żelazo	1,2450 mg
Witamina B1	0,2100 mg
Witamina B2	0,0937 mg
Witamina C	34,2850 mg
Fosfor	110,5000 mg
Magnez	49,7500 mg
Witamina A	161,0000 µg
Witamina B6	0,2300 mg
Witamina E	5,5435 mg
Wartość energetyczna (kJ)	534,8500 kJ
Sód	13,5500 mg
Potas	433,5500 mg
Witamina B3	1,8240 mg
Foliany	58,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 27-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kakao z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Twarogowy Półtłusty, Pomidory, Pomarańcza***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	<i>Chleb Graham</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
3	98	<i>Masło</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
4	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
5	126	<i>Polędwica Sopocka</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
6	(AUTO)13	<i>Pomarańcza</i>	120	g	0,00 / kg	0,0000
7	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	643,8300 kcal
Białko	38,5740 g
Tłuszcz	20,2090 g
Węglowodany	71,7930 g
Błonnik pokarmowy	10,2790 g
Woda	490,4710 g
Sól	2,1634 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,3178 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,9758 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,7873 g
Skrobia	42,0770 g
Laktoza	11,0600 g
Sacharoza	5,4800 g
Fruktoza	4,5000 g
Glukoza	3,9600 g
Wapń	375,3600 mg
Żelazo	4,7390 mg
Witamina B1	0,7149 mg
Witamina B2	0,8197 mg
Witamina C	83,8000 mg
Fosfor	645,9200 mg
Magnez	150,9000 mg
Witamina A	280,8400 µg
Witamina B6	0,7459 mg
Witamina D	0,3810 µg
Witamina E	2,8709 mg
Witamina B12	1,4200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 706,6700 kJ
Sód	864,6900 mg
Potas	1 318,4900 mg
Witamina B3	8,4900 mg
Foliany	141,2600 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami, Udka z kurczaka duszone, Sos cytrynowy, Ryż dziki gotowany, Marchew gotowana, Brukselka gotowana

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	14	Brukselka	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	88	Ćwiarki Z Kurczaka	130 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	115 g	0,00 / kg	0,0000
4	97	Margaryna Stołowa	12 g	0,00 / kg	0,0000
5	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	15 g	0,00 / kg	0,0000
8	75	Ryż Dziki	80 g	0,00 / kg	0,0000
9	25	Seler	100 g	0,00 / kg	0,0000
10	(AUTO)14	Sok Z Cytryny	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	845,4000 kcal
Białko	39,6000 g
Tłuszcz	27,9250 g
Węglowodany	97,4200 g
Błonnik pokarmowy	23,3800 g
Woda	462,9560 g
Sól	0,8299 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	6,9501 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	11,1294 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	7,1141 g
Skrobia	82,7350 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,5900 g
Fruktoza	2,8950 g
Glukoza	3,4100 g
Wapń	201,2500 mg
Żelazo	4,6900 mg
Witamina B1	0,7683 mg
Witamina B2	0,7191 mg
Witamina C	125,8600 mg
Fosfor	670,7500 mg
Magnez	197,2500 mg
Witamina A	2 092,8500 µg
Witamina B6	1,7060 mg
Witamina D	1,2600 µg
Witamina E	7,3657 mg
Witamina B12	0,5500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 549,6500 kJ
Sód	331,5500 mg
Potas	1 981,3500 mg
Witamina B3	10,8015 mg
Foliany	293,6000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, Ogórek

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	148	Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty	45 g	0,00 / kg	0,0000
6	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	440,0000 kcal
Białko	27,2850 g
Tłuszcz	15,1450 g
Węglowodany	45,2450 g
Błonnik pokarmowy	6,6500 g
Woda	156,6050 g
Sól	2,3128 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,6390 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,2175 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4740 g
Skrobia	41,2500 g
Laktoza	1,3650 g
Sacharoza	0,4500 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	74,7000 mg
Żelazo	2,6500 mg
Witamina B1	0,3097 mg
Witamina B2	0,3261 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	408,9000 mg
Magnez	89,6500 mg
Witamina A	135,7500 µg
Witamina B6	0,4860 mg
Witamina D	0,1615 µg
Witamina E	1,4285 mg
Witamina B12	0,4650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 845,9000 kJ
Sód	924,9000 mg
Potas	516,8000 mg
Witamina B3	9,9995 mg
Foliany	62,9000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Jabłka*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	1	<i>Jabłka</i>	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	75,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Tłuszcz	0,6000 g
Węglowodany	15,1500 g
Błonnik pokarmowy	3,0000 g
Woda	130,2000 g
Sól	0,0075 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0600 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0150 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1350 g
Skrobia	0,4500 g
Sacharoza	3,4500 g
Fruktoza	8,1000 g
Glukoza	3,0000 g
Wapń	6,0000 mg
Żelazo	0,4500 mg
Witamina B1	0,0510 mg
Witamina B2	0,0390 mg
Witamina C	13,8000 mg
Fosfor	13,5000 mg
Magnez	4,5000 mg
Witamina A	6,0000 µg
Witamina B6	0,0450 mg
Witamina E	0,7350 mg
Wartość energetyczna (kJ)	313,5000 kJ
Sód	3,0000 mg
Potas	201,0000 mg
Witamina B3	0,2550 mg
Foliany	9,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sok Pomidorowy

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	57	Sok Pomidorowy	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	27,0000 kcal
Białko	1,2000 g
Tłuszcz	0,3000 g
Węglowodany	4,0500 g
Błonnik pokarmowy	1,6500 g
Woda	141,4500 g
Sól	0,7245 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0750 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0300 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1650 g
Skrobia	0,1500 g
Sacharoza	0,1500 g
Fruktoza	2,1000 g
Glukoza	1,6500 g
Wapń	12,0000 mg
Żelazo	0,7500 mg
Witamina B1	0,0885 mg
Witamina B2	0,0585 mg
Witamina C	24,7500 mg
Fosfor	28,5000 mg
Magnez	13,5000 mg
Witamina A	148,5000 µg
Witamina B6	0,2100 mg
Witamina E	1,6950 mg
Wartość energetyczna (kJ)	114,0000 kJ
Sód	289,5000 mg
Potas	390,0000 mg
Witamina B3	1,3800 mg
Foliiany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 28-04-2024****Dieta: 58 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - gin/poł****Szpital Miejski im. Franciszka Raszei**

ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań

tel. (+48-61) 848 10 11, fax 848 49 90

841 74 70

NIP: 781-16-19-837 REGON: 000313325

Posiłek: Śniadanie**Skład:** *Kawa zbożowa z mlekiem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Schab Parzony, Papryka Konserwowa, Jogurt Naturalny 2%, Musztarda***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	60	g	0,00 / szt.	0,0000
3	109	Jogurt Naturalny 2%	150	g	0,00 / kg	0,0000
4	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
5	98	Masło	10	g	0,00 / kg	0,0000
6	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
7	78	Musztarda	20	g	0,00 / kg	0,0000
8	40	Papryka Konserwowa	50	g	0,00 / kg	0,0000
9	128	Schab Parzony	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	667,9000 kcal
Białko	43,4700 g
Tłuszcz	25,3000 g
Węglowodany	62,6050 g
Błonnik pokarmowy	7,6400 g
Woda	399,7700 g
Sól	2,4889 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,7890 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,6270 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,7780 g
Skrobia	41,2650 g
Laktoza	9,5600 g
Sacharoza	4,1500 g
Wapń	463,2500 mg
Żelazo	5,3500 mg
Witamina B1	0,7236 mg
Witamina B2	1,0757 mg
Witamina C	43,1000 mg
Fosfor	774,6500 mg
Magnez	148,3000 mg
Witamina A	360,1000 µg
Witamina B6	0,6830 mg
Witamina D	1,5160 µg
Witamina E	2,4660 mg
Witamina B12	2,5250 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 801,1500 kJ
Sód	994,7000 mg
Potas	992,1000 mg
Witamina B3	9,5680 mg
Foliany	112,3000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Obiad**

Skład: Rosół z makaronem pszennym, Pulpet wieprzowy gotowany, Sos pomidorowy, Ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane, Surówka z ogórków kwaszonych, cebuli i pietruszki

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	18	Cebula	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
4	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
7	97	Margaryna Stołowa	12 g	0,00 / kg	0,0000
8	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
9	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	130 g	0,00 / kg	0,0000
10	37	Ogórki Kwaszone	100 g	0,00 / kg	0,0000
11	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
12	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000

13	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
14	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
15	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
16	30	Ziemniaki	260 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	797,0500 kcal
Białko	43,7300 g
Tłuszcz	25,4020 g
Węglowodany	92,4760 g
Błonnik pokarmowy	10,9200 g
Woda	599,4930 g
Sól	2,3295 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	7,4731 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	11,1778 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,0127 g
Skrobia	72,9850 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	10,6050 g
Fruktoza	3,0450 g
Glukoza	2,7150 g
Wapń	151,5700 mg
Żelazo	6,8870 mg
Witamina B1	1,1656 mg
Witamina B2	0,7531 mg
Witamina C	87,3550 mg
Fosfor	512,0400 mg
Magnez	189,1700 mg
Witamina A	841,7200 µg
Witamina B6	1,4580 mg
Witamina D	1,6580 µg
Witamina E	6,3915 mg
Witamina B12	1,0700 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 343,1700 kJ
Sód	930,7100 mg
Potas	2 644,3300 mg
Witamina B3	14,4256 mg
Foliany	255,9800 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Twarogowy Półtusty, Szynka Konserwowa, Ogórki Konserwowe Całe*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	92	Chleb Graham	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
3	98	Masło	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	61	Ogórki Konserwowe Całe	50 g	0,00 / kg	0,0000
5	103	Ser Twarogowy Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	119	Szynka Konserwowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	454,8000 kcal
Białko	24,8200 g
Tłuszcz	16,3500 g
Węglowodany	48,7700 g
Błonnik pokarmowy	6,5000 g
Woda	160,3000 g
Sól	2,6838 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	8,7920 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,9110 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,6610 g
Skrobia	42,4000 g
Laktoza	1,6600 g
Sacharoza	2,5000 g
Wapń	79,6000 mg
Żelazo	2,8600 mg
Witamina B1	0,3872 mg
Witamina B2	0,3760 mg
Witamina C	0,8500 mg
Fosfor	358,2000 mg
Magnez	74,6000 mg
Witamina A	105,9000 µg
Witamina B6	0,2810 mg
Witamina D	0,3010 µg
Witamina E	1,2970 mg
Witamina B12	0,5600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 907,6000 kJ
Sód	1 073,4000 mg
Potas	396,0000 mg
Witamina B3	5,3270 mg
Foliany	55,6500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: Pomarańcza

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)13	Pomarańcza	120 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	56,4000 kcal
Białko	1,0800 g
Tłuszcz	0,2400 g
Węglowodany	11,2800 g
Błonnik pokarmowy	2,2800 g
Woda	104,5200 g
Sól	0,0096 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0240 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0480 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0480 g
Sacharoza	4,6800 g
Fruktoza	3,0000 g
Glukoza	2,7600 g
Wapń	39,6000 mg
Żelazo	0,4800 mg
Witamina B1	0,0960 mg
Witamina B2	0,0360 mg
Witamina C	58,8000 mg
Fosfor	27,6000 mg
Magnez	14,4000 mg
Witamina A	22,8000 µg
Witamina B6	0,1200 mg
Witamina E	0,2280 mg
Wartość energetyczna (kJ)	237,6000 kJ
Sód	3,6000 mg
Potas	219,6000 mg
Witamina B3	0,2400 mg
Foliany	36,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Sałatka z pomidora, mozzarelli i słonecznika

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
2	43	Pomidory	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	(AUTO)20	Ser Mozzarella	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	(AUTO)21	Słonecznik, Nasiona Łuskane	10 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	189,2000 kcal
Białko	8,5900 g
Tłuszcz	14,6700 g
Węglowodany	5,0600 g
Błonnik pokarmowy	1,8000 g
Woda	94,6500 g
Sól	0,2308 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	4,4255 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,0035 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,2940 g
Skrobia	1,7300 g
Sacharoza	0,2700 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	22,1000 mg
Żelazo	0,9200 mg
Witamina B1	0,1958 mg
Witamina B2	0,0683 mg
Witamina C	23,0000 mg
Fosfor	99,4000 mg
Magnez	43,9000 mg
Witamina A	107,5000 µg
Witamina B6	0,2100 mg
Witamina E	5,3375 mg
Wartość energetyczna (kJ)	506,6000 kJ
Sód	8,3000 mg
Potas	361,3000 mg
Witamina B3	1,6970 mg
Foliiany	45,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USER\$/

.....
zatwierdził