

**Charakterystyka diety:****Data: 22-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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 pszenny z masłem, Ser Twarogowy Półtłusty, Schab Parzony, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	53	Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.	50	g	0,00 / kg	0,0000
3	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
4	98	Masło	15	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	Mleko 2%	100	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	651,3000 kcal
Białko	37,7150 g
Tłuszcz	20,7250 g
Węglowodany	76,9700 g
Błonnik pokarmowy	3,1000 g
Woda	227,8200 g
Sól	1,4017 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,1180 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,9865 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,5290 g
Skrobia	49,9150 g
Laktoza	6,3900 g
Sacharoza	7,7000 g
Fruktoza	5,7500 g
Glukoza	5,7500 g
Wapń	202,3500 mg
Żelazo	2,4250 mg
Witamina B1	0,5561 mg
Witamina B2	0,6063 mg
Witamina C	13,5000 mg
Fosfor	439,3500 mg
Magnez	64,7500 mg
Witamina A	167,1000 µg
Witamina B6	0,4515 mg
Witamina D	0,5340 µg
Witamina E	1,2230 mg
Witamina B12	1,2150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 741,3500 kJ
Sód	560,0500 mg
Potas	551,5500 mg
Witamina B3	6,9330 mg
Foliany	52,3500 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa jarzynowa z ziemniakami, Pieczeń rzymska, Sos koperkowy, Kasza jęczmienna perłowa gotowana, Seler blanszowana z koperkiem, Cukinia na parze

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
3	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	80 g	0,00 / kg	0,0000
4	33	Koperek Zielony	7 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	40 g	0,00 / kg	0,0000
6	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
7	71	Mąka Pszenna	30 g	0,00 / kg	0,0000
8	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	100 g	0,00 / kg	0,0000
9	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000
11	25	Seler	130 g	0,00 / kg	0,0000

12	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	50 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	792,7600 kcal
Białko	35,7260 g
Tłuszcz	26,4500 g
Węglowodany	94,4420 g
Błonnik pokarmowy	16,6010 g
Woda	423,9380 g
Sól	0,6208 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	6,2726 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	12,3108 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,6892 g
Skrobia	84,6270 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	5,8670 g
Fruktoza	2,1140 g
Glukoza	2,3310 g
Wapń	140,6000 mg
Żelazo	4,8710 mg
Witamina B1	1,0265 mg
Witamina B2	0,6432 mg
Witamina C	44,6900 mg
Fosfor	565,2100 mg
Magnez	134,0000 mg
Witamina A	796,4200 µg
Witamina B6	1,2280 mg
Witamina D	1,1620 µg
Witamina E	6,4060 mg
Witamina B12	0,8260 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 324,2900 kJ
Sód	247,7500 mg
Potas	1 756,4000 mg
Witamina B3	11,6976 mg
Foliany	188,9200 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Ser Homogenizowany Półtłusty, Dorsz w sosie pomidorowym z warzywami*

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	147	Dorsz Świeży	70 g	0,00 / g	0,0000
4	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
5	84	Koncentrat Pomidorowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
7	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
8	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000
9	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	557,4500 kcal
Białko	28,8850 g
Tłuszcz	20,1050 g
Węglowodany	62,6550 g
Błonnik pokarmowy	5,3900 g
Woda	189,2600 g
Sól	1,4367 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,9030 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,4145 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,5330 g
Skrobia	50,1800 g
Laktoza	1,0900 g
Sacharoza	7,3000 g
Fruktoza	1,2600 g
Glukoza	1,1800 g
Wapń	102,6500 mg
Żelazo	2,3050 mg
Witamina B1	0,3119 mg
Witamina B2	0,2976 mg
Witamina C	16,0500 mg
Fosfor	341,0000 mg
Magnez	69,3500 mg
Witamina A	702,2000 µg
Witamina B6	0,4425 mg
Witamina D	0,9090 µg
Witamina E	2,1620 mg
Witamina B12	1,0500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 343,1500 kJ
Sód	574,3000 mg
Potas	752,1500 mg
Witamina B3	4,4300 mg
Foliany	98,3500 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
Foliany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Ryż Owocowy, Produkt Gotowy

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)8	Ryż Owocowy, Produkt Gotowy	100 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	83,0000 kcal
Białko	1,8000 g
Tłuszcz	0,6000 g
Węglowodany	17,0000 g
Błonnik pokarmowy	0,8000 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,3000 g
Laktoza	11,0000 g

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....  
sporządził  
/\$SUMMARY\_PRINT\_USER\$/

.....  
zatwierdził

**Charakterystyka diety:****Data: 23-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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, Bułka pszenna, chleb pszenny z masłem, Jajko gotowane, Kielbasa Zielonogórska, Sałata, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	94	<i>Bułka Tradycyjna (Kajzerka)</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
2	91	<i>Chleb Pszenny (Kawiorek)</i>	60	g	0,00 / kg	0,0000
3	83	<i>Jaja Kurze Świeże</i>	60	g	0,00 / szt.	0,0000
4	79	<i>Kakao 20%</i>	7	g	0,00 / kg	0,0000
5	120	<i>Kielbasa Zielonogórska</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000
6	98	<i>Masło</i>	15	g	0,00 / kg	0,0000
7	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
8	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	46	<i>Sałata</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	731,2300 kcal
Białko	37,5690 g
Tłuszcz	30,2240 g
Węglowodany	75,3680 g
Błonnik pokarmowy	4,2590 g
Woda	399,2710 g
Sól	2,5866 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	15,5738 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	9,8633 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,4003 g
Skrobia	57,6170 g
Laktoza	9,4900 g
Sacharoza	1,4100 g
Fruktoza	1,5500 g
Glukoza	1,2400 g
Wapń	314,7600 mg
Żelazo	4,8340 mg
Witamina B1	0,5977 mg
Witamina B2	0,9284 mg
Witamina C	26,3000 mg
Fosfor	537,9200 mg
Magnez	105,6500 mg
Witamina A	462,1400 µg
Witamina B6	0,5484 mg
Witamina D	1,4740 µg
Witamina E	2,9109 mg
Witamina B12	2,0650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 072,8700 kJ
Sód	1 033,8400 mg
Potas	1 057,0400 mg
Witamina B3	5,3760 mg
Foliany	132,4300 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Obiad**

Skład: Zupa koperkowa z ziemniakami, Pierogi leniwe, Mus truskawkowy

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	83	Jaja Kurze Świeże	20 g	0,00 / szt.	0,0000
2	67	Kasza Manna	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	33	Koperek Zielony	10 g	0,00 / kg	0,0000
4	35	Marchew	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
6	71	Mąka Pszena	80 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	103	Ser Twarogowy Półtłusty	150 g	0,00 / kg	0,0000
10	8	Truskawki	80 g	0,00 / kg	0,0000
11	30	Ziemniaki	150 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	722,4500 kcal
Białko	44,0200 g
Tłuszcz	13,9300 g
Węglowodany	100,9400 g
Błonnik pokarmowy	8,2200 g
Woda	395,6960 g
Sól	0,3897 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,9936 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,5204 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,4566 g
Skrobia	85,2100 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	3,7600 g
Fruktoza	2,4900 g
Glukoza	2,5600 g
Wapń	223,1000 mg
Żelazo	3,7100 mg
Witamina B1	0,3465 mg
Witamina B2	1,0036 mg
Witamina C	90,7400 mg
Fosfor	580,3000 mg
Magnez	83,2000 mg
Witamina A	691,2000 µg
Witamina B6	0,7450 mg
Witamina D	0,8250 µg
Witamina E	2,9362 mg
Witamina B12	1,5200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 046,2500 kJ
Sód	155,3000 mg
Potas	1 260,6000 mg
Witamina B3	4,1140 mg
Foliany	200,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Szyńka Drobiowa, Ogórek, Ser homogenizowany półtłusty z koperkiem

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	33	Koperek Zielony	2 g	0,00 / kg	0,0000
5	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
6	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
8	115	Szyńka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000



## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	526,8100 kcal
Białko	25,9610 g
Tłuszcz	19,9330 g
Węglowodany	59,5510 g
Błonnik pokarmowy	3,0160 g
Woda	159,5400 g
Sól	2,3765 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,9350 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,4585 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,3780 g
Skrobia	49,9520 g
Laktoza	1,0900 g
Sacharoza	5,6420 g
Fruktoza	0,3540 g
Glukoza	0,3560 g
Wapń	80,2300 mg
Żelazo	1,8190 mg
Witamina B1	0,2752 mg
Witamina B2	0,2965 mg
Witamina C	4,6200 mg
Fosfor	301,3200 mg
Magnez	58,4300 mg
Witamina A	165,6000 µg
Witamina B6	0,4085 mg
Witamina D	0,2090 µg
Witamina E	1,2570 mg
Witamina B12	0,5000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 214,9700 kJ
Sód	950,0400 mg
Potas	459,7700 mg
Witamina B3	7,7320 mg
Foliany	54,3200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Jabłko gotowane*

### 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: *Kisiel z jabłkiem*

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
2	1	Jabłko	20 g	0,00 / kg	0,0000
3	142	Mąka (Skrobia) Ziemniaczana	15 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	80,6500 kcal
Białko	0,1700 g
Tłuszcz	0,0950 g
Węglowodany	19,5350 g
Błonnik pokarmowy	0,4600 g
Woda	19,6200 g
Sól	0,0031 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0095 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0020 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0255 g
Skrobia	12,5100 g
Sacharoza	5,4800 g
Fruktoza	1,0800 g
Glukoza	0,4000 g
Wapń	6,7000 mg
Żelazo	0,1500 mg
Witamina B1	0,0068 mg
Witamina B2	0,0052 mg
Witamina C	2,0350 mg
Fosfor	10,6500 mg
Magnez	1,8000 mg
Witamina A	0,8000 µg
Witamina B6	0,0075 mg
Witamina E	0,0980 mg
Wartość energetyczna (kJ)	342,2000 kJ
Sód	1,2000 mg
Potas	29,0000 mg
Witamina B3	0,0340 mg
Foliany	3,1500 µg

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

.....  
sporządził  
/\$SUMMARY\_PRINT\_USER\$/

.....  
zatwierdził

**Charakterystyka diety:****Data: 24-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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 pszenny z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Mozzarella, Sałata, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	<i>Chleb Pszenny (Kawiorek)</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>	15	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	46	<i>Sałata</i>	10	g	0,00 / kg	0,0000
8	(AUTO)20	<i>Ser Mozzarella</i>	62	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	643,9000 kcal
Białko	34,7050 g
Tłuszcz	28,4850 g
Węglowodany	60,7400 g
Błonnik pokarmowy	4,0400 g
Woda	270,4200 g
Sól	2,4687 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	17,9670 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,9875 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4630 g
Skrobia	50,0150 g
Laktoza	4,7900 g
Sacharoza	0,8100 g
Fruktoza	1,5500 g
Glukoza	1,2400 g
Wapń	156,7500 mg
Żelazo	2,4950 mg
Witamina B1	0,5221 mg
Witamina B2	0,3707 mg
Witamina C	25,3000 mg
Fosfor	293,4500 mg
Magnez	60,1500 mg
Witamina A	273,3000 µg
Witamina B6	0,4825 mg
Witamina D	0,3540 µg
Witamina E	2,3560 mg
Witamina B12	0,6200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 124,1500 kJ
Sód	813,4500 mg
Potas	709,4500 mg
Witamina B3	5,6800 mg
Foliany	83,4500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa pomidorowa z makaronem pszennym, Filet z kurczaka na parze, Sos pietruszkowy, Ziemniaki gotowane, Marchew gotowana, 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	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	115 g	0,00 / kg	0,0000
6	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
7	71	Mąka Pszenna	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
9	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
10	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
11	25	Seler	5 g	0,00 / kg	0,0000

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

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	633,6500 kcal
Białko	37,6200 g
Tłuszcz	12,8550 g
Węglowodany	85,3150 g
Błonnik pokarmowy	12,9750 g
Woda	552,1910 g
Sól	0,5227 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	2,6031 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,2219 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,6641 g
Skrobia	68,8200 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	5,5700 g
Fruktoza	4,7200 g
Glukoza	4,6400 g
Wapń	157,0500 mg
Żelazo	4,7550 mg
Witamina B1	0,5434 mg
Witamina B2	0,5986 mg
Witamina C	156,9350 mg
Fosfor	572,9000 mg
Magnez	172,7000 mg
Witamina A	2 342,3000 µg
Witamina B6	1,8525 mg
Witamina D	0,3960 µg
Witamina E	6,4572 mg
Witamina B12	0,4640 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 670,6500 kJ
Sód	208,0500 mg
Potas	2 737,6500 mg
Witamina B3	19,4635 mg
Foliany	290,6800 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: **Kolacja**

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Serek Wiejski, Ogórek, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	63	Cukier	5 g	0,00 / kg	0,0000
3	53	Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.	50 g	0,00 / kg	0,0000
4	145	Herbata	1 g	0,00 / kg	0,0000
5	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
6	38	Ogórek	100 g	0,00 / kg	0,0000
7	(AUTO)16	Serek Wiejski	200 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	674,6500 kcal
Białko	31,4550 g
Tłuszcz	23,9750 g
Węglowodany	81,5950 g
Błonnik pokarmowy	3,6000 g
Woda	162,8600 g
Sól	2,5661 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	15,1430 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,5765 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,1540 g
Skrobia	50,0000 g
Laktoza	0,0900 g
Sacharoza	12,5900 g
Fruktoza	6,4500 g
Glukoza	6,4500 g
Wapń	39,9500 mg
Żelazo	1,6650 mg
Witamina B1	0,2316 mg
Witamina B2	0,1313 mg
Witamina C	20,5000 mg
Fosfor	130,8000 mg
Magnez	40,6500 mg
Witamina A	150,6000 µg
Witamina B6	0,1665 mg
Witamina D	0,1140 µg
Witamina E	1,1280 mg
Wartość energetyczna (kJ)	2 025,2500 kJ
Sód	465,9000 mg
Potas	297,3500 mg
Witamina B3	1,9780 mg
Foliany	46,9500 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: Mus Owocowy, Produkt Gotowy

## Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)31	Mus Owocowy, Produkt Gotowy	180 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	99,0000 kcal
Białko	1,0800 g
Węglowodany	21,6000 g
Błonnik pokarmowy	3,0600 g
Fruktoza	18,0000 g
Witamina C	54,0000 mg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....  
sporządził  
/\$SUMMARY\_PRINT\_USERS/

.....  
zatwierdził



**Charakterystyka diety:****Data: 25-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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, Rogal maślany, pieczywo pszenne z masłem, Kielbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Pomidory, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	<i>Chleb Pszenny (Kawiorek)</i>	30	g	0,00 / kg	0,0000
2	53	<i>Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.</i>	50	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>	15	g	0,00 / kg	0,0000
6	101	<i>Mleko 2%</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
7	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	95	<i>Rogal Maślany</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	902,2300 kcal
Białko	41,3290 g
Tłuszcz	31,5640 g
Węglowodany	110,9780 g
Błonnik pokarmowy	4,6090 g
Woda	408,1010 g
Sól	2,6114 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	16,6348 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	10,3783 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,7463 g
Skrobia	65,6470 g
Laktoza	11,7900 g
Sacharoza	15,2500 g
Fruktoza	7,2500 g
Glukoza	6,9500 g
Wapń	358,3600 mg
Żelazo	3,8540 mg
Witamina B1	0,5738 mg
Witamina B2	0,8819 mg
Witamina C	37,5000 mg
Fosfor	553,9200 mg
Magnez	106,5500 mg
Witamina A	338,7400 µg
Witamina B6	0,5394 mg
Witamina D	0,7890 µg
Witamina E	3,3219 mg
Witamina B12	1,5850 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 794,8700 kJ
Sód	1 043,9400 mg
Potas	1 087,7400 mg
Witamina B3	5,4070 mg
Foliany	110,6200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik z kaszą jęczmienną, Bitka schabowa na parze, Sos jarzynowy, Ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane, Cukinia na parze

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	20 g	0,00 / kg	0,0000
4	35	Marchew	45 g	0,00 / kg	0,0000
5	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
6	71	Mąka Pszena	30 g	0,00 / kg	0,0000
7	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
8	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000
9	125	Schab Surowy	100 g	0,00 / kg	0,0000
10	25	Seler	15 g	0,00 / kg	0,0000
11	30	Ziemniaki	310 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	680,5000 kcal
Białko	37,1000 g
Tłuszcz	13,8950 g
Węglowodany	95,2450 g
Błonnik pokarmowy	12,3550 g
Woda	586,7260 g
Sól	0,5049 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	3,1731 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,1114 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,5286 g
Skrobia	80,3750 g
Sacharoza	11,5450 g
Fruktoza	1,9750 g
Glukoza	1,9750 g
Wapń	123,6000 mg
Żelazo	5,8200 mg
Witamina B1	1,2331 mg
Witamina B2	0,5009 mg
Witamina C	80,3600 mg
Fosfor	521,3000 mg
Magnez	164,8500 mg
Witamina A	827,9000 µg
Witamina B6	1,6755 mg
Witamina D	0,9500 µg
Witamina E	4,2592 mg
Witamina B12	0,7000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 864,4000 kJ
Sód	200,9000 mg
Potas	2 618,0000 mg
Witamina B3	15,6695 mg
Foliany	291,9000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: **Kolacja**

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Homogenizowany Półtłusty, Ogórek

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	15 g	0,00 / kg	0,0000
5	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	526,1500 kcal
Białko	25,9050 g
Tłuszcz	19,9250 g
Węglowodany	59,4950 g
Błonnik pokarmowy	2,9500 g
Woda	157,7600 g
Sól	2,3761 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,9330 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,4565 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,3740 g
Skrobia	49,9500 g
Laktoza	1,0900 g
Sacharoza	5,6400 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	78,9500 mg
Żelazo	1,7650 mg
Witamina B1	0,2706 mg
Witamina B2	0,2943 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	300,3000 mg
Magnez	58,1500 mg
Witamina A	158,6000 µg
Witamina B6	0,4065 mg
Witamina D	0,2090 µg
Witamina E	1,2530 mg
Witamina B12	0,5000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 212,2500 kJ
Sód	949,9000 mg
Potas	451,8500 mg
Witamina B3	7,7280 mg
Foliany	53,6000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Jabłko gotowane*

### 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: Koktajl na maślanec z malinami i siemieniem

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	6	Maliny	50 g	0,00 / kg	0,0000
2	149	Maślanca	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	15,7000 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
Foliiany	18,0000 µg

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

.....  
sporządził  
/\$SUMMARY\_PRINT\_USER\$/

.....  
zatwierdził

**Charakterystyka diety:****Data: 26-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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, Sałata, Pomidory, Chleb pszenny z masłem, Pasta z jajka, jogurtu i koperku***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	15	g	0,00 / kg	0,0000
7	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	43	Pomidory	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	46	Sałata	10	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	580,5600 kcal
Białko	25,2210 g
Tłuszcz	25,1330 g
Węglowodany	61,5060 g
Błonnik pokarmowy	4,1060 g
Woda	321,7800 g
Sól	1,6219 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,6920 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,2465 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,9930 g
Skrobia	50,0170 g
Laktoza	5,4300 g
Sacharoza	1,0120 g
Fruktoza	1,5540 g
Glukoza	1,2460 g
Wapń	227,8300 mg
Żelazo	4,0490 mg
Witamina B1	0,3730 mg
Witamina B2	0,8329 mg
Witamina C	26,1200 mg
Fosfor	420,4700 mg
Magnez	66,1300 mg
Witamina A	528,3000 µg
Witamina B6	0,4215 mg
Witamina D	1,6700 µg
Witamina E	2,9380 mg
Witamina B12	1,9400 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 437,7700 kJ
Sód	648,0900 mg
Potas	751,0700 mg
Witamina B3	2,9660 mg
Foliany	143,8700 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Barszcz czerwony z makaronem pszennym, Pulpet rybny na parze, Sos koperkowy, Ziemniaki gotowane, Seler blanszowana z koperkiem, 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	147	Dorsz Świeży	100 g	0,00 / g	0,0000
5	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
6	33	Koperek Zielony	15 g	0,00 / kg	0,0000
7	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
9	71	Mąka Pszenna	20 g	0,00 / kg	0,0000
10	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000



11	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
12	25	Seler	105 g	0,00 / kg	0,0000
13	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	30	Ziemniaki	260 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	626,3000 kcal
Białko	36,1000 g
Tłuszcz	9,6470 g
Węglowodany	90,5110 g
Błonnik pokarmowy	16,2700 g
Woda	616,3220 g
Sól	0,8129 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	1,6955 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,1674 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,5126 g
Skrobia	73,1600 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	11,4200 g
Fruktoza	1,7050 g
Glukoza	2,0500 g
Wapń	194,2200 mg
Żelazo	6,2770 mg
Witamina B1	0,5012 mg
Witamina B2	0,5576 mg
Witamina C	154,8700 mg
Fosfor	581,4900 mg
Magnez	168,1700 mg
Witamina A	502,3200 µg
Witamina B6	1,4855 mg
Witamina D	1,1480 µg
Witamina E	4,1648 mg
Witamina B12	1,1600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 640,4700 kJ
Sód	324,3100 mg
Potas	2 742,8800 mg
Witamina B3	8,7431 mg
Foliany	352,9800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Sałatka jarzynowa 3-składnikowa, Ser Mozzarella

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	109	Jogurt Naturalny 2%	20 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	40 g	0,00 / kg	0,0000
6	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
7	42	Pietruszka-Korzeń	30 g	0,00 / kg	0,0000

8	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
9	25	Seler	30 g	0,00 / kg	0,0000
10	(AUTO)20	Ser Mozzarella	42 g	0,00 / kg	0,0000

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	536,0000 kcal
Białko	18,6950 g
Tłuszcz	21,6550 g
Węglowodany	63,3650 g
Błonnik pokarmowy	7,0800 g
Woda	146,2550 g
Sól	1,6505 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	13,8340 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,7060 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,2285 g
Skrobia	50,3450 g
Laktoza	0,7300 g
Sacharoza	8,4450 g
Fruktoza	0,8150 g
Glukoza	0,9350 g
Wapń	101,4000 mg
Żelazo	2,2800 mg
Witamina B1	0,2774 mg
Witamina B2	0,2120 mg
Witamina C	26,4050 mg
Fosfor	190,3000 mg
Magnez	57,2000 mg
Witamina A	835,5000 µg
Witamina B6	0,3445 mg
Witamina D	0,1200 µg
Witamina E	2,0170 mg
Witamina B12	0,1000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	1 856,5000 kJ
Sód	542,2500 mg
Potas	544,1000 mg
Witamina B3	2,8710 mg
Foliiany	112,0500 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
Foliany	26,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Owsianka Owocowa, Produkt Gotowy

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)5	Owsianka Owocowa, Produkt Gotowy	180 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	144,0000 kcal
Białko	3,6000 g
Tłuszcz	3,4200 g
Węglowodany	23,4000 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	1,8000 g
Witamina C	36,0000 mg
Witamina B6	0,3780 mg
Witamina D	1,3320 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....  
sporządził

.....  
zatwierdził



**Charakterystyka diety:****Data: 27-04-2024****Dieta: 57 Lekka****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 pszenny z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Twarogowy Półtusty, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	<i>Chleb Pszenny (Kawiorek)</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>	15	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 Półtusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	651,8300 kcal
Białko	37,7290 g
Tłuszcz	23,7940 g
Węglowodany	69,8480 g
Błonnik pokarmowy	4,2990 g
Woda	381,3510 g
Sól	2,2030 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	13,9998 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,8883 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,6373 g
Skrobia	50,7770 g
Laktoza	11,0900 g
Sacharoza	1,0000 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	330,5600 mg
Żelazo	3,3640 mg
Witamina B1	0,5773 mg
Witamina B2	0,7885 mg
Witamina C	25,0000 mg
Fosfor	536,9200 mg
Magnez	104,5500 mg
Witamina A	298,7400 µg
Witamina B6	0,5764 mg
Witamina D	0,4190 µg
Witamina E	2,4489 mg
Witamina B12	1,4200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 743,8700 kJ
Sód	880,5400 mg
Potas	1 022,1400 mg
Witamina B3	5,9810 mg
Foliany	97,1100 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa selerowa z ziemniakami, Udka z kurczaka na parze, Sos cytrynowy, Ryż biały gotowany, Marchew gotowana, Cukinia na parze

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	131	Cukinia	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	7 g	0,00 / kg	0,0000
5	71	Mąka Pszenna	20 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	74	Ryż Długoziarnisty	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	720,3500 kcal
Białko	29,7300 g
Tłuszcz	21,1350 g
Węglowodany	95,8700 g
Błonnik pokarmowy	13,7100 g
Woda	447,3660 g
Sól	0,7330 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,0891 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,8294 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,0251 g
Skrobia	82,8650 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	5,8900 g
Fruktoza	2,9950 g
Glukoza	3,3100 g
Wapń	137,1500 mg
Żelazo	3,4700 mg
Witamina B1	0,3808 mg
Witamina B2	0,4978 mg
Witamina C	40,8600 mg
Fosfor	512,2500 mg
Magnez	112,7500 mg
Witamina A	2 015,8500 µg
Witamina B6	1,1650 mg
Witamina D	0,8600 µg
Witamina E	5,0227 mg
Witamina B12	0,4300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 027,8000 kJ
Sód	292,6500 mg
Potas	1 595,1500 mg
Witamina B3	6,4705 mg
Foliany	187,4000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenny masłem, Szynka Drobiowa, Ser homogenizowany półtłusty z pieruszka, Ogórek

**Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	15 g	0,00 / kg	0,0000
5	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	36	Pietruszka-Liście	2 g	0,00 / kg	0,0000
7	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
8	115	Szynka Drobiowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	527,1300 kcal
Białko	25,9930 g
Tłuszcz	19,9330 g
Węglowodany	59,5910 g
Błonnik pokarmowy	3,0340 g
Woda	159,4500 g
Sól	2,3781 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,9338 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,4567 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,3778 g
Skrobia	49,9600 g
Laktoza	1,0900 g
Sacharoza	5,6420 g
Fruktoza	0,3560 g
Glukoza	0,3600 g
Wapń	82,8100 mg
Żelazo	1,8710 mg
Witamina B1	0,2728 mg
Witamina B2	0,2999 mg
Witamina C	7,5540 mg
Fosfor	301,9800 mg
Magnez	59,5300 mg
Witamina A	176,6400 µg
Witamina B6	0,4097 mg
Witamina D	0,2090 µg
Witamina E	1,3162 mg
Witamina B12	0,5000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 216,3500 kJ
Sód	950,6800 mg
Potas	465,7500 mg
Witamina B3	7,7560 mg
Foliany	57,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

Skład: *Jabłko gotowane*

### 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: 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: 57 Lekka****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 pszenny z masłem, Jajko gotowane, Schab Parzony, Pomidory, Dip jogurtowy z koperkiem***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	100	g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	60	g	0,00 / szt.	0,0000
3	109	Jogurt Naturalny 2%	30	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	15	g	0,00 / kg	0,0000
7	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
8	43	Pomidory	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	128	Schab Parzony	50	g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	630,4600 kcal
Białko	37,9610 g
Tłuszcz	24,9030 g
Węglowodany	61,7960 g
Błonnik pokarmowy	3,9660 g
Woda	328,8700 g
Sól	1,6248 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,9270 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,0215 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0170 g
Skrobia	50,0170 g
Laktoza	5,7500 g
Sacharoza	1,1020 g
Fruktoza	1,5040 g
Glukoza	1,2060 g
Wapń	238,3300 mg
Żelazo	4,0790 mg
Witamina B1	0,6554 mg
Witamina B2	0,8005 mg
Witamina C	24,9200 mg
Fosfor	500,8700 mg
Magnez	78,3300 mg
Witamina A	429,1000 µg
Witamina B6	0,6215 mg
Witamina D	1,5180 µg
Witamina E	2,8240 mg
Witamina B12	1,9250 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 649,6700 kJ
Sód	649,1900 mg
Potas	893,2700 mg
Witamina B3	7,8600 mg
Foliany	119,7700 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Rosół z makaronem pszennym, Pulpet wieprzowy gotowany, Sos pomidorowy, ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane, Seler blanszowana z koperkiem

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
3	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	33	Koperek Zielony	5 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	7 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	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
11	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	110 g	0,00 / kg	0,0000
13	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	30	Ziemniaki	260 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	742,7000 kcal
Białko	37,9300 g
Tłuszcz	20,7320 g
Węglowodany	93,2560 g
Błonnik pokarmowy	15,1050 g
Woda	560,9180 g
Sól	0,7276 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,8491 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	9,1963 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,1042 g
Skrobia	73,2550 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	12,1150 g
Fruktoza	3,1900 g
Glukoza	3,0350 g
Wapń	163,1200 mg
Żelazo	6,4770 mg
Witamina B1	1,0283 mg
Witamina B2	0,7358 mg
Witamina C	83,6200 mg
Fosfor	514,2900 mg
Magnez	155,9200 mg
Witamina A	770,9200 µg
Witamina B6	1,6350 mg
Witamina D	1,1980 µg
Witamina E	5,3585 mg
Witamina B12	0,8600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 117,9700 kJ
Sód	290,2100 mg
Potas	2 730,8800 mg
Witamina B3	13,2666 mg
Foliany	250,6800 µg

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

### Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Ser Twarogowy Półtłusty, Szyunka Konserwowa, Ogórek

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	Chleb Pszenny (Kawiorek)	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	15 g	0,00 / kg	0,0000
5	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000
6	103	Ser Twarogowy Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	119	Szyunka Konserwowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	534,1500 kcal
Białko	25,2550 g
Tłuszcz	20,1750 g
Węglowodany	61,5950 g
Błonnik pokarmowy	2,9500 g
Woda	157,2100 g
Sól	2,2606 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,5080 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,8715 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,5690 g
Skrobia	51,1500 g
Laktoza	1,6900 g
Sacharoza	5,5400 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	78,4500 mg
Żelazo	2,0150 mg
Witamina B1	0,3546 mg
Witamina B2	0,3923 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	283,3000 mg
Magnez	43,6500 mg
Witamina A	155,6000 µg
Witamina B6	0,2415 mg
Witamina D	0,3390 µg
Witamina E	1,1580 mg
Witamina B12	0,5600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 246,2500 kJ
Sód	903,9000 mg
Potas	354,8500 mg
Witamina B3	3,1130 mg
Foliany	52,8500 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 Owocowy 1.5%

### Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	108	Jogurt Owocowy 1.5%	100 g	0,00 / kg	0,0000

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	61,0000 kcal
Białko	3,7000 g
Tłuszcz	1,5000 g
Węglowodany	7,9000 g
Błonnik pokarmowy	0,3000 g
Woda	85,7000 g
Sól	0,1180 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,8800 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,4800 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0800 g
Laktoza	3,1000 g
Sacharoza	2,4000 g
Wapń	134,0000 mg
Żelazo	0,2000 mg
Witamina B1	0,0430 mg
Witamina B2	0,1870 mg
Witamina C	9,9000 mg
Fosfor	97,0000 mg
Magnez	15,0000 mg
Witamina A	19,0000 µg
Witamina B6	0,0600 mg
Witamina D	0,0100 µg
Witamina E	0,0700 mg
Witamina B12	0,3500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	255,0000 kJ
Sód	47,0000 mg
Potas	179,0000 mg
Witamina B3	0,1500 mg
Foliiany	6,9000 µg

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

.....  
sporządził  
/\$SUMMARY\_PRINT\_USER\$/

.....  
zatwierdził