

Charakterystyka diety:**Data: 21-04-2025****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, Parówka wieprzowa gotowana, Sałatka jarzynowa 3-składnikowa***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	35	<i>Marchew</i>	40	g	0,00 / kg	0,0000
4	98	<i>Masło</i>	15	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
6	99	<i>Olej Rzepakowy</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
7	(AUTO)25	<i>Parówka Wieprzowa</i>	60	g	0,00 / kg	0,0000
8	42	<i>Pietruszka-Korzeń</i>	30	g	0,00 / kg	0,0000
9	36	<i>Pietruszka-Liście</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
10	25	<i>Seler</i>	30	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	649,6500 kcal
Białko	21,0950 g
Tłuszcz	33,7150 g
Węglowodany	62,8300 g
Błonnik pokarmowy	7,0800 g
Woda	222,9150 g
Sól	2,7595 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	14,8795 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,3585 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,5685 g
Skrobia	50,3600 g
Laktoza	4,7900 g
Sacharoza	3,4550 g
Fruktoza	0,8150 g
Glukoza	0,9350 g
Wapń	187,8000 mg
Żelazo	2,3700 mg
Witamina B1	0,3052 mg
Witamina B2	0,3393 mg
Witamina C	27,2050 mg
Fosfor	252,4500 mg
Magnez	66,4000 mg
Witamina A	857,3000 µg
Witamina B6	0,3825 mg
Witamina D	0,1340 µg
Witamina E	3,4175 mg
Witamina B12	0,4000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 121,5000 kJ
Sód	575,3000 mg
Potas	651,3000 mg
Witamina B3	2,9780 mg
Foliany	115,0500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym, Udka z kurczaka na parze, Sos koperkowy, Ziemniaki gotowane, Brokuł gotowany, Sałatka z selera gotowanego, jabłka i koperku

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	88	Ćwiarki 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	33	Koperek Zielony	10 g	0,00 / kg	0,0000
6	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
7	35	Marchew	30 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	99	Olej Rzepakowy	10 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	280 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	798,1500 kcal
Białko	35,2000 g
Tłuszcz	27,2100 g
Węglowodany	94,7900 g
Błonnik pokarmowy	16,4300 g
Woda	606,3160 g
Sól	0,6604 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,5916 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	12,0724 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	6,8166 g
Skrobia	76,1700 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,8500 g
Fruktoza	5,5200 g
Glukoza	4,4500 g
Wapń	176,5000 mg
Żelazo	5,4700 mg
Witamina B1	0,5888 mg
Witamina B2	0,7460 mg
Witamina C	164,1300 mg
Fosfor	603,7000 mg
Magnez	171,6000 mg
Witamina A	944,5000 µg
Witamina B6	1,8150 mg
Witamina D	0,8960 µg
Witamina E	8,0682 mg
Witamina B12	0,4640 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 348,5500 kJ
Sód	263,1000 mg
Potas	2 844,9000 mg
Witamina B3	10,6600 mg
Foliany	296,3800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000 zł

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Schab Parzony, Ser Twarogowy Półtusty, 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	128	Schab Parzony	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	103	Ser Twarogowy Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	550,6500 kcal
Białko	34,5050 g
Tłuszcz	18,6750 g
Węglowodany	59,7450 g
Błonnik pokarmowy	2,9500 g
Woda	151,1100 g
Sól	1,2996 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,9380 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,3415 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4290 g
Skrobia	49,9500 g
Laktoza	1,6900 g
Sacharoza	5,5400 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	82,9500 mg
Żelazo	2,2650 mg
Witamina B1	0,5271 mg
Witamina B2	0,4398 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	358,3000 mg
Magnez	53,6500 mg
Witamina A	155,6000 µg
Witamina B6	0,4065 mg
Witamina D	0,5140 µg
Witamina E	1,2030 mg
Witamina B12	0,8150 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 316,7500 kJ
Sód	519,4000 mg
Potas	435,3500 mg
Witamina B3	6,8280 mg
Foliany	54,0500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: **Podwieczorek**

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

Posiłek: **Dodatek Kolacyjny**

Skład: Koktajl na maślanec z truskawkami i siemieniem**Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	63	Cukier	5 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
4	(AUTO)2	Truskawki, Mrożone	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	87,8800 kcal
Białko	4,4850 g
Tłuszcz	1,6300 g
Węglowodany	13,1000 g
Błonnik pokarmowy	1,4400 g
Woda	136,1400 g
Sól	0,1576 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	5,4930 g
Fruktoza	1,2000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	128,9000 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)	370,7600 kJ
Sód	62,9200 mg
Potas	239,4600 mg
Witamina B3	0,2820 mg
Foliany	10,5000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

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

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 22-04-2025****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, Szynkowa, Jogurt Typu Islandzkiego, Naturalny, 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	(AUTO)48	Jogurt Typu Islandzkiego, Naturalny	150	g	0,00 / kg	0,0000
4	144	Kawa Zbożowa	5	g	0,00 / kg	0,0000
5	98	Masło	15	g	0,00 / kg	0,0000
6	101	Mleko 2%	100	g	0,00 / kg	0,0000
7	118	Szynkowa	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	655,3000 kcal
Białko	39,2650 g
Tłuszcz	18,6750 g
Węglowodany	81,2700 g
Błonnik pokarmowy	3,1000 g
Woda	197,7200 g
Sól	2,3992 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,4930 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,0965 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,8640 g
Skrobia	49,9150 g
Laktoza	10,9400 g
Sacharoza	7,7000 g
Fruktoza	5,7500 g
Glukoza	5,7500 g
Wapń	150,8500 mg
Żelazo	2,1250 mg
Witamina B1	0,2796 mg
Witamina B2	0,3723 mg
Witamina C	13,5000 mg
Fosfor	295,8500 mg
Magnez	60,2500 mg
Witamina A	156,1000 µg
Witamina B6	0,3215 mg
Witamina D	0,2040 µg
Witamina E	1,1680 mg
Witamina B12	0,6000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 354,3500 kJ
Sód	899,0500 mg
Potas	485,0500 mg
Witamina B3	3,4430 mg
Foliany	40,4500 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa brokułowa z ziemniakami, Gulasz wieprzowy duszony, Sos jarzynowy, Makaron pszenny gotowany, Marchew gotowana

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	68	Makaron Pszenny	80 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	185 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	122	Mięso Wieprzowe Gulaszowe	100 g	0,00 / kg	0,0000
7	99	Olej Rzepakowy	10 g	0,00 / kg	0,0000
8	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000
9	25	Seler	15 g	0,00 / kg	0,0000
10	30	Ziemniaki	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	787,2000 kcal
Białko	38,7300 g
Tłuszcz	25,0350 g
Węglowodany	95,0150 g
Błonnik pokarmowy	13,9250 g
Woda	412,1960 g
Sól	0,6620 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,5376 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	12,0209 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,6346 g
Skrobia	80,3850 g
Sacharoza	5,9450 g
Fruktoza	3,6350 g
Glukoza	4,1150 g
Wapń	159,0000 mg
Żelazo	4,8100 mg
Witamina B1	0,9706 mg
Witamina B2	0,6502 mg
Witamina C	107,5200 mg
Fosfor	452,6000 mg
Magnez	116,2500 mg
Witamina A	3 283,9000 µg
Witamina B6	1,0315 mg
Witamina D	1,1940 µg
Witamina E	7,7077 mg
Witamina B12	0,8360 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 311,1000 kJ
Sód	264,1000 mg
Potas	1 760,4000 mg
Witamina B3	9,4945 mg
Foliany	288,6200 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Dorsz na parze w sosie pomidorowym, Ser Homogenizowany Półtłusty, Sok Pitny Jabłkowy

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	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	35	Marchew	20 g	0,00 / kg	0,0000
7	98	Masło	15 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	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
12	56	Sok Pitny Jabłkowy	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	612,6500 kcal
Białko	29,2450 g
Tłuszcz	22,8850 g
Węglowodany	70,0450 g
Błonnik pokarmowy	5,1700 g
Woda	231,2600 g
Sól	1,4224 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,9155 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	7,7940 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,9350 g
Skrobia	50,1500 g
Laktoza	1,8900 g
Sacharoza	7,8800 g
Fruktoza	5,0400 g
Glukoza	3,0700 g
Wapń	110,2500 mg
Żelazo	2,6250 mg
Witamina B1	0,3407 mg
Witamina B2	0,3256 mg
Witamina C	19,9800 mg
Fosfor	347,9000 mg
Magnez	77,7500 mg
Witamina A	652,1000 µg
Witamina B6	0,5335 mg
Witamina D	0,9090 µg
Witamina E	3,7115 mg
Witamina B12	1,0500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 575,1500 kJ
Sód	568,2000 mg
Potas	953,4500 mg
Witamina B3	5,0140 mg
Foliany	80,6500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Truskawki*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	8	<i>Truskawki</i>	80 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	26,4000 kcal
Białko	0,5600 g
Tłuszcz	0,3200 g
Węglowodany	4,6400 g
Błonnik pokarmowy	1,4400 g
Woda	72,4000 g
Sól	0,0024 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0160 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0560 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1920 g
Sacharoza	0,8000 g
Fruktoza	1,9200 g
Glukoza	1,9200 g
Wapń	20,8000 mg
Żelazo	0,5600 mg
Witamina B1	0,0224 mg
Witamina B2	0,0520 mg
Witamina C	52,8000 mg
Fosfor	20,0000 mg
Magnez	8,0000 mg
Witamina A	1,6000 µg
Witamina B6	0,0480 mg
Witamina E	0,0960 mg
Wartość energetyczna (kJ)	112,0000 kJ
Sód	0,8000 mg
Potas	106,4000 mg
Witamina B3	0,2240 mg
Foliany	13,6000 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: 23-04-2025****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, Szynka Konserwowa, Ser Mozzarella, Sok Pomidorowy***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	(AUTO)20	<i>Ser Mozzarella</i>	42	g	0,00 / kg	0,0000
6	57	<i>Sok Pomidorowy</i>	200	g	0,00 / kg	0,0000
7	119	<i>Szynka Konserwowa</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	622,8000 kcal
Białko	27,9150 g
Tłuszcz	27,3150 g
Węglowodany	64,2900 g
Błonnik pokarmowy	4,9000 g
Woda	355,8200 g
Sól	3,5662 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	16,4280 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,7765 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,7490 g
Skrobia	51,3150 g
Laktoza	4,7900 g
Sacharoza	0,9000 g
Fruktoza	2,8000 g
Glukoza	2,2000 g
Wapń	160,3500 mg
Żelazo	2,9250 mg
Witamina B1	0,4801 mg
Witamina B2	0,3968 mg
Witamina C	34,0000 mg
Fosfor	282,8500 mg
Magnez	65,7500 mg
Witamina A	345,1000 µg
Witamina B6	0,5065 mg
Witamina D	0,3140 µg
Witamina E	3,3680 mg
Witamina B12	0,5600 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 221,3500 kJ
Sód	1 308,0500 mg
Potas	903,0500 mg
Witamina B3	4,9030 mg
Foliany	84,8500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik z kaszą jęczmienną, Gzik z sera, ogórka i koperku, Ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane z jabłkiem i natką

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	1	Jabłko	30 g	0,00 / kg	0,0000
3	65	Kasza Jęczmienna Perłowa	20 g	0,00 / kg	0,0000
4	33	Koperek Zielony	10 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	15 g	0,00 / kg	0,0000
6	97	Margaryna Stołowa	7 g	0,00 / kg	0,0000
7	38	Ogórek	30 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	103	Ser Twarogowy Półtłusty	150 g	0,00 / kg	0,0000
13	30	Ziemniaki	350 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	665,1500 kcal
Białko	38,8500 g
Tłuszcz	16,3950 g
Węglowodany	84,9150 g
Błonnik pokarmowy	10,4850 g
Woda	580,1010 g
Sól	0,4409 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,5701 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,6589 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,1181 g
Skrobia	63,2300 g
Laktoza	4,8000 g
Sacharoza	10,6500 g
Fruktoza	2,3400 g
Glukoza	1,3700 g
Wapń	233,4500 mg
Żelazo	4,9650 mg
Witamina B1	0,4082 mg
Witamina B2	0,9731 mg
Witamina C	88,5650 mg
Fosfor	616,1000 mg
Magnez	137,7000 mg
Witamina A	444,8000 µg
Witamina B6	1,2415 mg
Witamina D	0,4850 µg
Witamina E	3,9322 mg
Witamina B12	1,2000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 795,7500 kJ
Sód	175,5500 mg
Potas	2 273,0500 mg
Witamina B3	6,7855 mg
Foliany	260,8000 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy 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	103	Ser Twarogowy 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	511,1500 kcal
Białko	28,9050 g
Tłuszcz	16,7750 g
Węglowodany	59,8450 g
Błonnik pokarmowy	2,9500 g
Woda	157,5100 g
Sól	2,3721 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,0580 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	4,4715 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,2990 g
Skrobia	49,9500 g
Laktoza	1,6900 g
Sacharoza	5,6400 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	76,9500 mg
Żelazo	1,7650 mg
Witamina B1	0,2691 mg
Witamina B2	0,3948 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	343,8000 mg
Magnez	58,1500 mg
Witamina A	158,6000 µg
Witamina B6	0,4365 mg
Witamina D	0,1590 µg
Witamina E	1,1980 mg
Witamina B12	0,5500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 152,7500 kJ
Sód	948,4000 mg
Potas	449,8500 mg
Witamina B3	7,7530 mg
Foliany	56,1000 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: Jogurt Typu Islandzkiego, Naturalny

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	(AUTO)48	Jogurt Typu Islandzkiego, Naturalny	150 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	96,0000 kcal
Białko	18,0000 g
Węglowodany	6,1500 g
Sól	0,1500 g
Laktoza	6,1500 g

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

.....
sporządził
/\$SUMMARY_PRINT_USERS\$

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 24-04-2025****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, Rogal maślany, chleb pszenny z masłem, Polędwica Sopocka, Ser Homogenizowany Półtusty, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz., Pomidory***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	98	<i>Masło</i>	15	g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	200	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	95	<i>Rogal Maślany</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	106	<i>Ser Homogenizowany Półtusty</i>	50	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	869,2300 kcal
Białko	36,9790 g
Tłuszcz	29,4640 g
Węglowodany	111,8280 g
Błonnik pokarmowy	4,6090 g
Woda	411,6510 g
Sól	2,4114 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	15,9898 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	9,4983 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,5713 g
Skrobia	65,6470 g
Laktoza	11,9900 g
Sacharoza	15,2500 g
Fruktoza	7,2500 g
Glukoza	6,9500 g
Wapń	360,8600 mg
Żelazo	3,7040 mg
Witamina B1	0,5558 mg
Witamina B2	0,7499 mg
Witamina C	37,5000 mg
Fosfor	517,4200 mg
Magnez	106,0500 mg
Witamina A	338,2400 µg
Witamina B6	0,5344 mg
Witamina D	0,7590 µg
Witamina E	3,3219 mg
Witamina B12	1,4500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 656,8700 kJ
Sód	963,4400 mg
Potas	1 092,7400 mg
Witamina B3	5,6770 mg
Foliany	107,7200 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z ryżem białym, Bitka schabowa duszona, Sos pietruszkowy, Ziemniaki gotowane, Cukinia na parze, Marchew gotowana

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	33	Koperek Zielony	10 g	0,00 / kg	0,0000
3	35	Marchew	130 g	0,00 / kg	0,0000
4	97	Margaryna Stołowa	7 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	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
9	74	Ryż Długoziarnisty	20 g	0,00 / kg	0,0000
10	125	Schab Surowy	100 g	0,00 / kg	0,0000
11	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	650,5000 kcal
Białko	35,9000 g
Tłuszcz	14,8600 g
Węglowodany	87,0900 g
Błonnik pokarmowy	12,1000 g
Woda	551,2510 g
Sól	0,5471 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	3,8631 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,4904 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	3,4591 g
Skrobia	74,8150 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	6,2650 g
Fruktoza	2,9850 g
Glukoza	3,1650 g
Wapń	133,8500 mg
Żelazo	4,6550 mg
Witamina B1	1,2271 mg
Witamina B2	0,4945 mg
Witamina C	76,8250 mg
Fosfor	504,2000 mg
Magnez	148,0500 mg
Witamina A	2 322,9000 µg
Witamina B6	1,6170 mg
Witamina D	0,9600 µg
Witamina E	4,8407 mg
Witamina B12	0,7300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 739,0000 kJ
Sód	217,8500 mg
Potas	2 342,4500 mg
Witamina B3	14,5520 mg
Foliany	233,3000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Kurczak w galarecie, Dip serowo-jogurtowy, 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	109	Jogurt Naturalny 2%	20 g	0,00 / kg	0,0000
5	33	Koperek Zielony	2 g	0,00 / kg	0,0000
6	86	Kurczak Świeży	70 g	0,00 / kg	0,0000
7	35	Marchew	20 g	0,00 / kg	0,0000
8	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
9	38	Ogórek	50 g	0,00 / kg	0,0000

10	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
12	103	Ser Twarogowy Półtłusty	30 g	0,00 / kg	0,0000
13	82	Żelatyna	7 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	598,1700 kcal
Białko	35,0150 g
Tłuszcz	22,2800 g
Węglowodany	62,2310 g
Błonnik pokarmowy	4,6460 g
Woda	211,2600 g
Sól	1,4031 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,4520 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,8985 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,5620 g
Skrobia	50,1120 g
Laktoza	1,6900 g
Sacharoza	6,7920 g
Fruktoza	0,7140 g
Glukoza	0,7660 g
Wapń	112,7000 mg
Żelazo	2,6490 mg
Witamina B1	0,3208 mg
Witamina B2	0,4342 mg
Witamina C	10,8200 mg
Fosfor	359,8200 mg
Magnez	63,1000 mg
Witamina A	501,3000 µg
Witamina B6	0,6112 mg
Witamina D	1,1970 µg
Witamina E	1,7410 mg
Witamina B12	0,5500 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 514,3200 kJ
Sód	560,6800 mg
Potas	628,5100 mg
Witamina B3	7,0720 mg
Foliany	80,6700 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000 zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: Jabłko gotowane

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	1	Jabłko	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: 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

Charakterystyka diety:**Data: 25-04-2025****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, Bułka pszenna, chleb pszenny z masłem, Pasta z jajka, jogurtu i koperku, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość	Jm	Cena	Wartość
1	94	<i>Bułka Pszenna (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>	90	g	0,00 / szt.	0,0000
4	109	<i>Jogurt Naturalny 2%</i>	20	g	0,00 / kg	0,0000
5	144	<i>Kawa Zbożowa</i>	5	g	0,00 / kg	0,0000
6	33	<i>Koperek Zielony</i>	2	g	0,00 / kg	0,0000
7	98	<i>Masło</i>	15	g	0,00 / kg	0,0000
8	101	<i>Mleko 2%</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000
9	43	<i>Pomidory</i>	100	g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	612,2600 kcal
Białko	25,7310 g
Tłuszcz	25,3030 g
Węglowodany	68,6660 g
Błonnik pokarmowy	3,7860 g
Woda	314,4300 g
Sól	1,6417 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	12,7030 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,3155 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,0770 g
Skrobia	56,8570 g
Laktoza	5,4300 g
Sacharoza	1,4020 g
Fruktoza	1,5040 g
Glukoza	1,2060 g
Wapń	226,5300 mg
Żelazo	4,0090 mg
Witamina B1	0,3415 mg
Witamina B2	0,8233 mg
Witamina C	24,8200 mg
Fosfor	415,3700 mg
Magnez	62,2300 mg
Witamina A	509,1000 µg
Witamina B6	0,3915 mg
Witamina D	1,6700 µg
Witamina E	2,8610 mg
Witamina B12	1,9400 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 571,9700 kJ
Sód	655,9900 mg
Potas	738,8700 mg
Witamina B3	2,6660 mg
Foliany	138,2900 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Krem z cukinii i ziemniaków, Dorsz na parze, Sos cytrynowy, Ryż biały gotowany, Brokuł gotowany, Sałatka z selera gotowanego, jabłka i natki

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	12	Brokuły	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	131	Cukinia	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	147	Dorsz Świeży	100 g	0,00 / g	0,0000
4	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	15 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	10 g	0,00 / kg	0,0000
9	42	Pietruszka-Korzeń	10 g	0,00 / kg	0,0000
10	36	Pietruszka-Liście	10 g	0,00 / kg	0,0000
11	74	Ryż Długoziarnisty	80 g	0,00 / kg	0,0000

12	25	Seler	105 g	0,00 / kg	0,0000
13	(AUTO)14	Sok Z Cytryny	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	102	Śmietana Spożywcza 12%	10 g	0,00 / kg	0,0000
15	30	Ziemniaki	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	700,3000 kcal
Białko	33,1400 g
Tłuszcz	16,9850 g
Węglowodany	96,8050 g
Błonnik pokarmowy	13,6650 g
Woda	491,2660 g
Sól	0,5289 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	2,6676 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,1719 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,5536 g
Skrobia	82,7950 g
Laktoza	0,3900 g
Sacharoza	4,8350 g
Fruktoza	4,1350 g
Glukoza	3,3650 g
Wapń	169,5000 mg
Żelazo	4,1600 mg
Witamina B1	0,3905 mg
Witamina B2	0,4202 mg
Witamina C	141,1500 mg
Fosfor	545,5000 mg
Magnez	129,1500 mg
Witamina A	591,2000 µg
Witamina B6	1,0925 mg
Witamina D	1,3600 µg
Witamina E	7,5897 mg
Witamina B12	1,0300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 948,1000 kJ
Sód	211,0000 mg
Potas	1 859,9000 mg
Witamina B3	6,2765 mg
Foliany	284,8000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000 zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Jabłko gotowane, Serek Wiejski, Miód Pszczeli

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	1	Jabłko	150 g	0,00 / kg	0,0000
5	98	Masło	15 g	0,00 / kg	0,0000
6	51	Miód Pszczeli	25 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	738,9000 kcal
Białko	31,2800 g
Tłuszcz	24,3750 g
Węglowodany	95,7200 g
Błonnik pokarmowy	5,7000 g
Woda	171,6100 g
Sól	2,5486 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	15,1680 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	3,5765 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,1890 g
Skrobia	50,3500 g
Laktoza	0,0900 g
Sacharoza	9,4400 g
Fruktoza	8,1000 g
Glukoza	3,0000 g
Wapń	25,7000 mg
Żelazo	1,9900 mg
Witamina B1	0,2481 mg
Witamina B2	0,1273 mg
Witamina C	14,1500 mg
Fosfor	119,3000 mg
Magnez	35,9000 mg
Witamina A	128,1000 µg
Witamina B6	0,1615 mg
Witamina D	0,1140 µg
Witamina E	1,6730 mg
Wartość energetyczna (kJ)	2 294,0000 kJ
Sód	459,1500 mg
Potas	353,3500 mg
Witamina B3	2,0280 mg
Foliany	40,1500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: Maliny

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	6	Maliny	80 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	34,4000 kcal
Białko	1,0400 g
Tłuszcz	0,2400 g
Węglowodany	4,2400 g
Błonnik pokarmowy	5,3600 g
Woda	68,6400 g
Sól	0,0040 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0080 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0080 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,0480 g
Sacharoza	0,8000 g
Fruktoza	1,7600 g
Glukoza	1,3600 g
Wapń	28,0000 mg
Żelazo	0,6400 mg
Witamina B1	0,0144 mg
Witamina B2	0,0496 mg
Witamina C	25,1200 mg
Fosfor	26,4000 mg
Magnez	16,0000 mg
Witamina A	2,4000 µg
Witamina B6	0,0480 mg
Witamina E	0,3840 mg
Wartość energetyczna (kJ)	141,6000 kJ
Sód	1,6000 mg
Potas	162,4000 mg
Witamina B3	0,2080 mg
Foliany	24,0000 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	200 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	36,0000 kcal
Białko	1,6000 g
Tłuszcz	0,4000 g
Węglowodany	5,4000 g
Błonnik pokarmowy	2,2000 g
Woda	188,6000 g
Sól	0,9660 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,1000 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0400 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,2200 g
Skrobia	0,2000 g
Sacharoza	0,2000 g
Fruktoza	2,8000 g
Glukoza	2,2000 g
Wapń	16,0000 mg
Żelazo	1,0000 mg
Witamina B1	0,1180 mg
Witamina B2	0,0780 mg
Witamina C	33,0000 mg
Fosfor	38,0000 mg
Magnez	18,0000 mg
Witamina A	198,0000 µg
Witamina B6	0,2800 mg
Witamina E	2,2600 mg
Wartość energetyczna (kJ)	152,0000 kJ
Sód	386,0000 mg
Potas	520,0000 mg
Witamina B3	1,8400 mg
Foliiany	48,0000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

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

.....
zatwierdził

Charakterystyka diety:**Data: 26-04-2025****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, Kiełbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Pomidory, Sałata***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	120	<i>Kiełbasa Zielonogórska</i>	50 g	0,00 / kg	0,0000
4	98	<i>Masło</i>	15 g	0,00 / kg	0,0000
5	101	<i>Mleko 2%</i>	100 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	103	<i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	596,9000 kcal
Białko	34,1050 g
Tłuszcz	23,0450 g
Węglowodany	61,5200 g
Błonnik pokarmowy	4,0400 g
Woda	303,1700 g
Sól	2,2947 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	13,0720 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,8175 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,7880 g
Skrobia	50,0150 g
Laktoza	6,3900 g
Sacharoza	0,8100 g
Fruktoza	1,5500 g
Glukoza	1,2400 g
Wapń	203,2500 mg
Żelazo	2,7450 mg
Witamina B1	0,5566 mg
Witamina B2	0,6272 mg
Witamina C	25,3000 mg
Fosfor	399,9500 mg
Magnez	65,1500 mg
Witamina A	293,3000 µg
Witamina B6	0,5025 mg
Witamina D	0,4790 µg
Witamina E	2,4510 mg
Witamina B12	1,1050 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 511,1500 kJ
Sód	917,4500 mg
Potas	762,9500 mg
Witamina B3	5,4750 mg
Foliany	97,3500 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem pszennym, Pulpet drobiowy gotowany, Sos pomidorowy, ziemniaki gotowane, Buraczki gotowane z jabłkiem i natką, Szpinak na parze

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	17	Buraki	100 g	0,00 / kg	0,0000
2	(AUTO)40	Indyk, Tuszka	100 g	0,00 / kg	0,0000
3	1	Jabłka	30 g	0,00 / kg	0,0000
4	83	Jaja Kurze Świeże	6 g	0,00 / szt.	0,0000
5	84	Koncentrat Pomidorowy	30 g	0,00 / kg	0,0000
6	70	Makaron Pszenny Dwujajeczny	20 g	0,00 / kg	0,0000
7	35	Marchew	30 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	99	Olej Rzepakowy	5 g	0,00 / kg	0,0000
11	42	Pietruszka-Korzeń	20 g	0,00 / kg	0,0000

12	36	Pietruszka-Liście	5 g	0,00 / kg	0,0000
13	25	Seler	10 g	0,00 / kg	0,0000
14	7	Szpinak	200 g	0,00 / kg	0,0000
15	30	Ziemniaki	260 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	724,1000 kcal
Białko	37,2600 g
Tłuszcz	18,3520 g
Węglowodany	94,7960 g
Błonnik pokarmowy	14,6500 g
Woda	679,2530 g
Sól	0,6191 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	4,0611 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	6,5428 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	5,8877 g
Skrobia	73,1650 g
Sacharoza	11,5050 g
Fruktoza	5,1150 g
Glukoza	3,7450 g
Wapń	271,1700 mg
Żelazo	10,2870 mg
Witamina B1	0,5986 mg
Witamina B2	0,8576 mg
Witamina C	170,9150 mg
Fosfor	544,0400 mg
Magnez	233,4700 mg
Witamina A	2 072,7200 µg
Witamina B6	1,9930 mg
Witamina D	1,8880 µg
Witamina E	8,7525 mg
Witamina B12	0,5300 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 042,5200 kJ
Sód	246,4100 mg
Potas	2 775,5300 mg
Witamina B3	13,4816 mg
Foliiany	568,5800 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenny z masłem, Schab Parzony, 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	128	Schab Parzony	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	106	Ser Homogenizowany Półtłusty	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	544,1500 kcal
Białko	31,0550 g
Tłuszcz	19,3250 g
Węglowodany	60,1450 g
Błonnik pokarmowy	2,9500 g
Woda	151,3600 g
Sól	1,3046 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	11,4430 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,5265 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,4990 g
Skrobia	49,9500 g
Laktoza	1,8900 g
Sacharoza	5,5400 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	84,9500 mg
Żelazo	2,2650 mg
Witamina B1	0,5286 mg
Witamina B2	0,3393 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	314,8000 mg
Magnez	53,6500 mg
Witamina A	155,6000 µg
Witamina B6	0,3765 mg
Witamina D	0,5640 µg
Witamina E	1,2580 mg
Witamina B12	0,7650 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 288,2500 kJ
Sód	520,9000 mg
Potas	437,3500 mg
Witamina B3	6,8030 mg
Foliany	51,5500 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: 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: 27-04-2025****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, Szynka Konserwowa, Pomidory***Podsumowanie składników**

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	91	<i>Chleb Pszenny (Kawiorek)</i>	<i>100 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>
2	83	<i>Jaja Kurze Świeże</i>	<i>60 g</i>	<i>0,00 / szt.</i>	<i>0,0000</i>
3	144	<i>Kawa Zbożowa</i>	<i>5 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>
4	98	<i>Masło</i>	<i>15 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>
5	101	<i>Mleko 2%</i>	<i>100 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>
6	43	<i>Pomidory</i>	<i>100 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>
7	119	<i>Szynka Konserwowa</i>	<i>50 g</i>	<i>0,00 / kg</i>	<i>0,0000</i>

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	595,3000 kcal
Białko	27,3650 g
Tłuszcz	25,7950 g
Węglowodany	61,7300 g
Błonnik pokarmowy	3,9000 g
Woda	307,2400 g
Sól	2,5380 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	13,1380 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,3605 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	2,1350 g
Skrobia	51,2150 g
Laktoza	4,7900 g
Sacharoza	0,8000 g
Fruktoza	1,5000 g
Glukoza	1,2000 g
Wapń	181,5500 mg
Żelazo	3,7450 mg
Witamina B1	0,4645 mg
Witamina B2	0,6860 mg
Witamina C	24,0000 mg
Fosfor	388,2500 mg
Magnez	62,9500 mg
Witamina A	417,3000 µg
Witamina B6	0,4365 mg
Witamina D	1,3340 µg
Witamina E	2,7660 mg
Witamina B12	1,5200 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 500,5500 kJ
Sód	1 014,6500 mg
Potas	744,8500 mg
Witamina B3	4,0990 mg
Foliany	114,8500 µg

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami, Pieczeń rzymska, Sos jarzynowy, Kasza jęczmienna perłowa gotowana, 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	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	5 g	0,00 / kg	0,0000
5	35	Marchew	135 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	5 g	0,00 / kg	0,0000
10	42	Pietruszka-Korzeń	25 g	0,00 / kg	0,0000
11	25	Seler	110 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	756,6000 kcal
Białko	35,9000 g
Tłuszcz	20,3470 g
Węglowodany	97,9660 g
Błonnik pokarmowy	18,7650 g
Woda	477,1280 g
Sól	0,7561 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	5,2471 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	8,7708 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	4,4447 g
Skrobia	84,8000 g
Sacharoza	7,1850 g
Fruktoza	3,3550 g
Glukoza	3,7250 g
Wapń	152,7700 mg
Żelazo	5,1270 mg
Witamina B1	1,0553 mg
Witamina B2	0,6551 mg
Witamina C	43,4100 mg
Fosfor	567,1400 mg
Magnez	142,6700 mg
Witamina A	2 351,5700 µg
Witamina B6	1,2970 mg
Witamina D	1,1520 µg
Witamina E	5,3565 mg
Witamina B12	0,7960 µg
Wartość energetyczna (kJ)	3 178,8200 kJ
Sód	301,8600 mg
Potas	1 919,9300 mg
Witamina B3	11,8351 mg
Foliany	206,8000 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynekowa, Ser Twarogowy Półtusty, Ogórek

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	90	Chleb Baltonowski	40 g	0,00 / kg	0,0000
2	92	Chleb Graham	60 g	0,00 / kg	0,0000
3	63	Cukier	5 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	50 g	0,00 / kg	0,0000
7	103	Ser Twarogowy Półtusty	50 g	0,00 / kg	0,0000
8	118	Szynekowa	50 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	506,8500 kcal
Białko	26,6850 g
Tłuszcz	19,1950 g
Węglowodany	54,1250 g
Błonnik pokarmowy	5,4100 g
Woda	160,7400 g
Sól	2,1541 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	10,7260 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	5,3645 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	1,9480 g
Skrobia	44,4500 g
Laktoza	1,6900 g
Sacharoza	5,6200 g
Fruktoza	0,3500 g
Glukoza	0,3500 g
Wapń	82,0500 mg
Żelazo	2,5650 mg
Witamina B1	0,2788 mg
Witamina B2	0,4306 mg
Witamina C	4,0000 mg
Fosfor	373,9000 mg
Magnez	71,2500 mg
Witamina A	164,1000 µg
Witamina B6	0,3475 mg
Witamina D	0,2290 µg
Witamina E	1,3720 mg
Witamina B12	0,6000 µg
Wartość energetyczna (kJ)	2 127,0500 kJ
Sód	861,4000 mg
Potas	471,7500 mg
Witamina B3	4,6220 mg
Foliany	60,0300 µg

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Podwieczorek

Skład: *Truskawki*

Podsumowanie składników

Lp.	Indeks	Nazwa składnika	Ilość Jm	Cena	Wartość
1	8	<i>Truskawki</i>	80 g	0,00 / kg	0,0000

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	26,4000 kcal
Białko	0,5600 g
Tłuszcz	0,3200 g
Węglowodany	4,6400 g
Błonnik pokarmowy	1,4400 g
Woda	72,4000 g
Sól	0,0024 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,0160 g
Kwasy tłuszczowe jednonienasyc	0,0560 g
Kwasy tłuszczowe wielonienasyc	0,1920 g
Sacharoza	0,8000 g
Fruktoza	1,9200 g
Glukoza	1,9200 g
Wapń	20,8000 mg
Żelazo	0,5600 mg
Witamina B1	0,0224 mg
Witamina B2	0,0520 mg
Witamina C	52,8000 mg
Fosfor	20,0000 mg
Magnez	8,0000 mg
Witamina A	1,6000 µg
Witamina B6	0,0480 mg
Witamina E	0,0960 mg
Wartość energetyczna (kJ)	112,0000 kJ
Sód	0,8000 mg
Potas	106,4000 mg
Witamina B3	0,2240 mg
Foliany	13,6000 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