

Charakterystyka diety:**Data: 22-04-2024****Dieta: 1 Podstawowa****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, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.***Podsumowanie składników**

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość | Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|--------------------------------------|-------|----|-----------|---------|
| 1 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 53 | <i>Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.</i> | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 144 | <i>Kawa Zbożowa</i> | 5 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | <i>Masło</i> | 15 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 101 | <i>Mleko 2%</i> | 100 | 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 | 633,5000 kcal |
| Białko | 36,9950 g |
| Tłuszcz | 20,9450 g |
| Węglowodany | 71,3500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,5600 g |
| Woda | 231,5000 g |
| Sól | 1,3537 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 12,1360 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,1345 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6330 g |
| Skrobia | 44,4150 g |
| Laktoza | 6,3900 g |
| Sacharoza | 7,7800 g |
| Fruktoza | 5,7500 g |
| Glukoza | 5,7500 g |
| Wapń | 205,9500 mg |
| Żelazo | 2,9250 mg |
| Witamina B1 | 0,5693 mg |
| Witamina B2 | 0,6061 mg |
| Witamina C | 13,5000 mg |
| Fosfor | 484,9500 mg |
| Magnez | 82,3500 mg |
| Witamina A | 167,1000 µg |
| Witamina B6 | 0,4775 mg |
| Witamina D | 0,5340 µg |
| Witamina E | 1,4070 mg |
| Witamina B12 | 1,2150 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 661,1500 kJ |
| Sód | 541,0500 mg |
| Potas | 597,9500 mg |
| Witamina B3 | 8,1270 mg |
| Foliany | 56,7300 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 z cukrem, 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 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 147 | Dorsz Świeży | 70 g | 0,00 / g | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 84 | Koncentrat Pomidorowy | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 35 | Marchew | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|-----------------------------|------|-----------|--------|
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 25 | Seler | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 106 | Ser Homogenizowany Półtusty | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 539,6500 kcal |
| Białko | 28,1650 g |
| Tłuszcz | 20,3250 g |
| Węglowodany | 57,0350 g |
| Błonnik pokarmowy | 7,8500 g |
| Woda | 192,9400 g |
| Sól | 1,3887 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,9210 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,5625 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6370 g |
| Skrobia | 44,6800 g |
| Laktoza | 1,0900 g |
| Sacharoza | 7,3800 g |
| Fruktoza | 1,2600 g |
| Glukoza | 1,1800 g |
| Wapń | 106,2500 mg |
| Żelazo | 2,8050 mg |
| Witamina B1 | 0,3251 mg |
| Witamina B2 | 0,2974 mg |
| Witamina C | 16,0500 mg |
| Fosfor | 386,6000 mg |
| Magnez | 86,9500 mg |
| Witamina A | 702,2000 µg |
| Witamina B6 | 0,4685 mg |
| Witamina D | 0,9090 µg |
| Witamina E | 2,3460 mg |
| Witamina B12 | 1,0500 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 262,9500 kJ |
| Sód | 555,3000 mg |
| Potas | 798,5500 mg |
| Witamina B3 | 5,6240 mg |
| Foliany | 102,7300 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: 1 Podstawowa****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 pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Kiełbasa Zielonogórska, Sałata, Rzodkiewka***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 | 92 | <i>Chleb Graham</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>Kiełbasa 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 | 45 | <i>Rzodkiewka</i> | 50 | 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 | 705,0300 kcal |
| Białko | 37,0490 g |
| Tłuszcz | 30,3040 g |
| Węglowodany | 67,8380 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,5290 g |
| Woda | 355,1110 g |
| Sól | 2,5518 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 15,5668 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,9493 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,4163 g |
| Skrobia | 52,3470 g |
| Laktoza | 9,4900 g |
| Sacharoza | 1,2400 g |
| Fruktoza | 0,3500 g |
| Glukoza | 0,5900 g |
| Wapń | 323,8600 mg |
| Żelazo | 5,2740 mg |
| Witamina B1 | 0,5719 mg |
| Witamina B2 | 0,8931 mg |
| Witamina C | 13,6000 mg |
| Fosfor | 575,6200 mg |
| Magnez | 120,3500 mg |
| Witamina A | 356,1400 µg |
| Witamina B6 | 0,4684 mg |
| Witamina D | 1,4740 µg |
| Witamina E | 1,8879 mg |
| Witamina B12 | 2,0650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 956,7700 kJ |
| Sód | 1 019,9400 mg |
| Potas | 939,8400 mg |
| Witamina B3 | 5,8680 mg |
| Foliany | 110,4100 µg |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Obiad**

Skład: *Zupa grochowa z ziemniakami, Pierogi leniwe, Mus truskawkowy*

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|-------------------------|----------|-------------|---------|
| 1 | 54 | Groch-Całe Ziarno | 80 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 83 | Jaja Kurze Świeże | 20 g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 3 | 67 | Kasza Manna | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 35 | Marchew | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 97 | Margaryna Stołowa | 7 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 71 | Mąka Pszenna | 80 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 25 | Seler | 5 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 | 120 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 941,7000 kcal |
| Białko | 61,7500 g |
| Tłuszcz | 14,8850 g |
| Węglowodany | 130,7850 g |
| Błonnik pokarmowy | 18,2950 g |
| Woda | 345,3460 g |
| Sól | 0,3887 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 6,1426 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 4,6819 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,8656 g |
| Skrobia | 116,0450 g |
| Laktoza | 4,8000 g |
| Sacharoza | 3,3150 g |
| Fruktoza | 2,1950 g |
| Glukoza | 2,3050 g |
| Wapń | 249,4000 mg |
| Żelazo | 6,8400 mg |
| Witamina B1 | 0,8985 mg |
| Witamina B2 | 1,1810 mg |
| Witamina C | 79,0200 mg |
| Fosfor | 853,5000 mg |
| Magnez | 167,7500 mg |
| Witamina A | 422,8000 µg |
| Witamina B6 | 0,8375 mg |
| Witamina D | 0,8250 µg |
| Witamina E | 2,8457 mg |
| Witamina B12 | 1,5200 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 971,1000 kJ |
| Sód | 155,0000 mg |
| Potas | 1 747,9000 mg |
| Witamina B3 | 5,8325 mg |
| Foliany | 286,8000 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, 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 | 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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 148 | Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty | 45 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 115 | Szynka Drobiowa | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 511,5500 kcal |
| Białko | 26,6000 g |
| Tłuszcz | 19,1900 g |
| Węglowodany | 55,4500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,2600 g |
| Woda | 154,1950 g |
| Sól | 2,7866 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,3530 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,3260 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4660 g |
| Skrobia | 44,4000 g |
| Laktoza | 1,3950 g |
| Sacharoza | 7,8700 g |
| Wapń | 69,1500 mg |
| Żelazo | 2,2050 mg |
| Witamina B1 | 0,2722 mg |
| Witamina B2 | 0,3192 mg |
| Witamina C | 0,8500 mg |
| Fosfor | 366,6000 mg |
| Magnez | 74,3000 mg |
| Witamina A | 167,4500 µg |
| Witamina B6 | 0,4525 mg |
| Witamina D | 0,1995 µg |
| Witamina E | 1,3635 mg |
| Witamina B12 | 0,4650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 146,3500 kJ |
| Sód | 1 114,4000 mg |
| Potas | 451,0500 mg |
| Witamina B3 | 8,8695 mg |
| Foliany | 53,7800 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: 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 | Jabłka | 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: 1 Podstawowa****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 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 144 | <i>Kawa Zbożowa</i> | 5 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 | 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 | (AUTO)11 | <i>Rzodkiewka, Kiełki</i> | 5 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 | 703,0000 kcal |
| Białko | 38,8900 g |
| Tłuszcz | 32,3100 g |
| Węglowodany | 54,6750 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,5450 g |
| Woda | 292,2500 g |
| Sól | 2,9137 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 18,9400 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,6045 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,9370 g |
| Skrobia | 44,5150 g |
| Laktoza | 4,8500 g |
| Sacharoza | 0,8800 g |
| Fruktoza | 1,5000 g |
| Glukoza | 1,2000 g |
| Wapń | 678,1500 mg |
| Żelazo | 3,2850 mg |
| Witamina B1 | 0,5470 mg |
| Witamina B2 | 0,5716 mg |
| Witamina C | 24,0000 mg |
| Fosfor | 650,7500 mg |
| Magnez | 93,0500 mg |
| Witamina A | 415,5000 µg |
| Witamina B6 | 0,5205 mg |
| Witamina D | 0,4680 µg |
| Witamina E | 2,7250 mg |
| Witamina B12 | 1,8800 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 823,7500 kJ |
| Sód | 1 164,8500 mg |
| Potas | 791,0500 mg |
| Witamina B3 | 6,9120 mg |
| Foliany | 92,3300 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 z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Sałatka z ryżem, ciecierzycą i ogórkiem, Schab Parzony

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 | (AUTO)18 | Ciecierzycyca, Nasiona Suche | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 63 | Cukier | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 109 | Jogurt Naturalny 2% | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 33 | Koperek Zielony | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|--------------------|------|-----------|--------|
| 9 | 38 | Ogórek | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 74 | Ryż Długoziarnisty | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 45 | Rzodkiewka | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 128 | Schab Parzony | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 588,5000 kcal |
| Białko | 29,9650 g |
| Tłuszcz | 18,2550 g |
| Węglowodany | 73,4050 g |
| Błonnik pokarmowy | 9,6150 g |
| Woda | 141,3900 g |
| Sól | 1,2306 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 9,9430 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 4,8775 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,5090 g |
| Skrobia | 51,8650 g |
| Laktoza | 0,7300 g |
| Sacharoza | 5,8450 g |
| Fruktoza | 0,3400 g |
| Glukoza | 0,4450 g |
| Wapń | 101,5500 mg |
| Żelazo | 4,2600 mg |
| Witamina B1 | 0,5506 mg |
| Witamina B2 | 0,2618 mg |
| Witamina C | 9,0700 mg |
| Fosfor | 330,0500 mg |
| Magnez | 94,9500 mg |
| Witamina A | 151,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,5295 mg |
| Witamina D | 0,4750 µg |
| Witamina E | 1,3660 mg |
| Witamina B12 | 0,5150 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 165,8500 kJ |
| Sód | 496,7500 mg |
| Potas | 518,3500 mg |
| Witamina B3 | 8,0660 mg |
| Foliany | 53,4300 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: 1 Podstawowa****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 pszenno-żytnie z masłem, Kielbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.***Podsumowanie składników**

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość | Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|-------------------------------|-------|----|-----------|---------|
| 1 | 92 | Chleb Graham | 30 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 53 | Dżem Truskawkowy Nisko Słodz. | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 79 | Kakao 20% | 7 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 120 | Kielbasa Zielonogórska | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | Masło | 15 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 101 | Mleko 2% | 200 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 39 | Papryka | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 95 | Rogal Maślany | 100 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 103 | Ser Twarogowy Półtłusty | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 891,1300 kcal |
| Białko | 41,0190 g |
| Tłuszcz | 31,7040 g |
| Węglowodany | 107,5880 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,5190 g |
| Woda | 360,9210 g |
| Sól | 2,5810 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 16,6438 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 10,4163 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,8143 g |
| Skrobia | 62,9870 g |
| Laktoza | 11,7900 g |
| Sacharoza | 15,1400 g |
| Fruktoza | 6,9500 g |
| Glukoza | 6,8000 g |
| Wapń | 357,6600 mg |
| Żelazo | 3,9240 mg |
| Witamina B1 | 0,5424 mg |
| Witamina B2 | 0,8990 mg |
| Witamina C | 86,5000 mg |
| Fosfor | 573,0200 mg |
| Magnez | 113,6500 mg |
| Witamina A | 495,7400 µg |
| Witamina B6 | 0,6294 mg |
| Witamina D | 0,7890 µg |
| Witamina E | 3,6479 mg |
| Witamina B12 | 1,5850 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 744,0700 kJ |
| Sód | 1 031,7400 mg |
| Potas | 956,6400 mg |
| Witamina B3 | 5,8880 mg |
| Foliany | 100,1100 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 z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany Półtłusty, Szyńka Drobiowa, Ogórki Konserwowe Całe

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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 100 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 | 525,3500 kcal |
| Białko | 25,1350 g |
| Tłuszcz | 20,1950 g |
| Węglowodany | 58,0750 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,3600 g |
| Woda | 206,3400 g |
| Sól | 3,2871 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,9460 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,6045 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4780 g |
| Skrobia | 44,4000 g |
| Laktoza | 1,0900 g |
| Sacharoza | 10,0700 g |
| Wapń | 82,0500 mg |
| Żelazo | 2,2650 mg |
| Witamina B1 | 0,2803 mg |
| Witamina B2 | 0,2901 mg |
| Witamina C | 1,7000 mg |
| Fosfor | 344,4000 mg |
| Magnez | 77,7500 mg |
| Witamina A | 154,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,4325 mg |
| Witamina D | 0,2090 µg |
| Witamina E | 1,4070 mg |
| Witamina B12 | 0,5000 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 204,0500 kJ |
| Sód | 1 314,4000 mg |
| Potas | 489,7500 mg |
| Witamina B3 | 8,9070 mg |
| Foliany | 54,7800 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 | 6 | Maliny | 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 | 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: 1 Podstawowa****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 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</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 | 45 | <i>Rzodkiewka</i> | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 46 | <i>Sałata</i> | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 552,7600 kcal |
| Białko | 24,1010 g |
| Tłuszcz | 25,2530 g |
| Węglowodany | 53,9360 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,6160 g |
| Woda | 278,0600 g |
| Sól | 1,5679 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 12,6850 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,3845 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,0170 g |
| Skrobia | 44,4670 g |
| Laktoza | 5,4300 g |
| Sacharoza | 1,0420 g |
| Fruktoza | 0,3540 g |
| Glukoza | 0,5960 g |
| Wapń | 236,9300 mg |
| Żelazo | 4,4490 mg |
| Witamina B1 | 0,3352 mg |
| Witamina B2 | 0,7992 mg |
| Witamina C | 13,4200 mg |
| Fosfor | 454,5700 mg |
| Magnez | 79,2300 mg |
| Witamina A | 422,3000 µg |
| Witamina B6 | 0,3375 mg |
| Witamina D | 1,6700 µg |
| Witamina E | 1,9070 mg |
| Witamina B12 | 1,9400 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 314,0700 kJ |
| Sód | 626,5900 mg |
| Potas | 633,4700 mg |
| Witamina B3 | 3,2900 mg |
| Foliany | 121,2500 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 i marchewką, 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 Pszenna | 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 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 11 | Groszek Zielony | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|-------------------|------|-----------|--------|
| 6 | 77 | Majonez | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 35 | Marchew | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 36 | Pietruszka-Liście | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 25 | Seler | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 107 | Ser Żółty | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 636,1000 kcal |
| Białko | 22,3450 g |
| Tłuszcz | 31,7150 g |
| Węglowodany | 59,6750 g |
| Błonnik pokarmowy | 11,3500 g |
| Woda | 175,1250 g |
| Sól | 1,9954 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 14,7720 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 11,2950 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 3,9835 g |
| Skrobia | 46,9450 g |
| Laktoza | 0,1300 g |
| Sacharoza | 9,1550 g |
| Fruktoza | 0,8450 g |
| Glukoza | 0,9650 g |
| Wapń | 425,8000 mg |
| Żelazo | 3,6200 mg |
| Witamina B1 | 0,3957 mg |
| Witamina B2 | 0,3625 mg |
| Witamina C | 36,4650 mg |
| Fosfor | 461,7000 mg |
| Magnez | 91,8000 mg |
| Witamina A | 965,7000 µg |
| Witamina B6 | 0,4205 mg |
| Witamina D | 0,2190 µg |
| Witamina E | 4,5340 mg |
| Witamina B12 | 0,8690 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 658,1000 kJ |
| Sód | 798,0500 mg |
| Potas | 690,3000 mg |
| Witamina B3 | 4,8870 mg |
| Foliiany | 142,0500 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: 1 Podstawowa****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 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 | 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 | 103 | <i>Ser Twarogowy Półtłusty</i> | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 634,0300 kcal |
| Białko | 37,0090 g |
| Tłuszcz | 24,0140 g |
| Węglowodany | 64,2280 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,7590 g |
| Woda | 385,0310 g |
| Sól | 2,1550 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 14,0178 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,0363 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,7413 g |
| Skrobia | 45,2770 g |
| Laktoza | 11,0900 g |
| Sacharoza | 1,0800 g |
| Fruktoza | 1,5000 g |
| Glukoza | 1,2000 g |
| Wapń | 334,1600 mg |
| Żelazo | 3,8640 mg |
| Witamina B1 | 0,5905 mg |
| Witamina B2 | 0,7883 mg |
| Witamina C | 25,0000 mg |
| Fosfor | 582,5200 mg |
| Magnez | 122,1500 mg |
| Witamina A | 298,7400 µg |
| Witamina B6 | 0,6024 mg |
| Witamina D | 0,4190 µg |
| Witamina E | 2,6329 mg |
| Witamina B12 | 1,4200 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 663,6700 kJ |
| Sód | 861,5400 mg |
| Potas | 1 068,5400 mg |
| Witamina B3 | 7,1750 mg |
| Foliany | 101,4900 µg |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami, Udka z kurczaka duszone, Sos cytrynowy, Ryż biały gotowany, Brukselka gotowana, Marchew 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 | 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 | 804,9000 kcal |
| Białko | 34,2400 g |
| Tłuszcz | 23,9050 g |
| Węglowodany | 104,1400 g |
| Błonnik pokarmowy | 18,3400 g |
| Woda | 441,3560 g |
| Sól | 0,7580 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 5,8141 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,6754 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 6,1181 g |
| Skrobia | 88,4150 g |
| Laktoza | 0,3900 g |
| Sacharoza | 6,1100 g |
| Fruktoza | 2,8950 g |
| Glukoza | 3,4100 g |
| Wapń | 180,9500 mg |
| Żelazo | 4,0800 mg |
| Witamina B1 | 0,4019 mg |
| Witamina B2 | 0,6329 mg |
| Witamina C | 125,8600 mg |
| Fosfor | 519,9500 mg |
| Magnez | 112,7500 mg |
| Witamina A | 2 086,8500 µg |
| Witamina B6 | 1,3570 mg |
| Witamina D | 1,1100 µg |
| Witamina E | 6,9557 mg |
| Witamina B12 | 0,4300 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 384,3500 kJ |
| Sód | 302,8500 mg |
| Potas | 1 772,1500 mg |
| Witamina B3 | 6,8635 mg |
| Foliany | 270,8000 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, 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 | 148 | Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty | 45 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 115 | Szynka Drobiowa | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 506,5500 kcal |
| Białko | 26,8000 g |
| Tłuszcz | 19,1900 g |
| Węglowodany | 53,9500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,4100 g |
| Woda | 155,6950 g |
| Sól | 2,3141 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,3630 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,3260 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4760 g |
| Skrobia | 44,4500 g |
| Laktoza | 1,3950 g |
| Sacharoza | 5,7200 g |
| Fruktoza | 0,3500 g |
| Glukoza | 0,3500 g |
| Wapń | 73,1500 mg |
| Żelazo | 2,2550 mg |
| Witamina B1 | 0,2812 mg |
| Witamina B2 | 0,3307 mg |
| Witamina C | 4,0000 mg |
| Fosfor | 373,1000 mg |
| Magnez | 75,3000 mg |
| Witamina A | 176,4500 µg |
| Witamina B6 | 0,4625 mg |
| Witamina D | 0,1995 µg |
| Witamina E | 1,4185 mg |
| Witamina B12 | 0,4650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 125,3500 kJ |
| Sód | 925,4000 mg |
| Potas | 486,5500 mg |
| Witamina B3 | 8,9245 mg |
| Foliany | 59,1300 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: 1 Podstawowa****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 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 83 | <i>Jaja Kurze Świeże</i> | 60 g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 4 | 144 | <i>Kawa Zbożowa</i> | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | <i>Masło</i> | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 101 | <i>Mleko 2%</i> | 100 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 78 | <i>Musztarda</i> | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 40 | <i>Papryka Konserwowa</i> | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 128 | <i>Schab Parzony</i> | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 624,5000 kcal |
| Białko | 36,5350 g |
| Tłuszcz | 26,3450 g |
| Węglowodany | 57,0200 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,4000 g |
| Woda | 269,1000 g |
| Sól | 2,2530 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 12,7280 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,7905 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,6900 g |
| Skrobia | 44,4650 g |
| Laktoza | 4,7900 g |
| Sacharoza | 2,9300 g |
| Wapń | 206,6500 mg |
| Żelazo | 4,8050 mg |
| Witamina B1 | 0,6262 mg |
| Witamina B2 | 0,7563 mg |
| Witamina C | 41,6000 mg |
| Fosfor | 555,8500 mg |
| Magnez | 108,4500 mg |
| Witamina A | 376,8000 µg |
| Witamina B6 | 0,5695 mg |
| Witamina D | 1,5090 µg |
| Witamina E | 2,4110 mg |
| Witamina B12 | 1,7750 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 616,2500 kJ |
| Sód | 900,6500 mg |
| Potas | 661,7500 mg |
| Witamina B3 | 8,2830 mg |
| Foliany | 93,5300 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 z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Twarogowy Półtusty, Szyunka Konserwowa, Ogórki Konserwowe Całe

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|------------------------|----------|-----------|---------|
| 1 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 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 | 521,3500 kcal |
| Białko | 24,3350 g |
| Tłuszcz | 20,3950 g |
| Węglowodany | 57,4750 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,2600 g |
| Woda | 159,3900 g |
| Sól | 2,6851 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,5160 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,0195 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6630 g |
| Skrobia | 45,6000 g |
| Laktoza | 1,6900 g |
| Sacharoza | 7,7700 g |
| Wapń | 78,0500 mg |
| Żelazo | 2,4650 mg |
| Witamina B1 | 0,3588 mg |
| Witamina B2 | 0,3806 mg |
| Witamina C | 0,8500 mg |
| Fosfor | 322,4000 mg |
| Magnez | 60,2500 mg |
| Witamina A | 146,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,2575 mg |
| Witamina D | 0,3390 µg |
| Witamina E | 1,2870 mg |
| Witamina B12 | 0,5600 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 187,0500 kJ |
| Sód | 1 073,9000 mg |
| Potas | 365,7500 mg |
| Witamina B3 | 4,2520 mg |
| Foliany | 51,8800 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

Charakterystyka diety:
Data: 22-04-2024
Dieta: 30 Podstawowa - 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, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz., Maślanka*

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość | Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|--------------------------------------|-------|----|-----------|---------|
| 1 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 53 | <i>Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.</i> | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 144 | <i>Kawa Zbożowa</i> | 5 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | <i>Masło</i> | 15 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 149 | <i>Maślanka</i> | 200 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 101 | <i>Mleko 2%</i> | 100 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 128 | <i>Schab Parzony</i> | 50 | 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 | 707,5000 kcal |
| Białko | 43,7950 g |
| Tłuszcz | 21,9450 g |
| Węglowodany | 80,7500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,5600 g |
| Woda | 412,9000 g |
| Sól | 1,6537 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 12,8160 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,3945 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6530 g |
| Skrobia | 44,4150 g |
| Laktoza | 15,7900 g |
| Sacharoza | 7,7800 g |
| Fruktoza | 5,7500 g |
| Glukoza | 5,7500 g |
| Wapń | 425,9500 mg |
| Żelazo | 3,1250 mg |
| Witamina B1 | 0,6493 mg |
| Witamina B2 | 0,9461 mg |
| Witamina C | 13,5000 mg |
| Fosfor | 644,9500 mg |
| Magnez | 108,3500 mg |
| Witamina A | 183,1000 µg |
| Witamina B6 | 0,5575 mg |
| Witamina D | 0,5340 µg |
| Witamina E | 1,4070 mg |
| Witamina B12 | 1,8150 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 973,1500 kJ |
| Sód | 661,0500 mg |
| Potas | 897,9500 mg |
| Witamina B3 | 8,3270 mg |
| Foliany | 62,7300 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 z cukrem, 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 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 147 | Dorsz Świeży | 70 g | 0,00 / g | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 84 | Koncentrat Pomidorowy | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 35 | Marchew | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|-----------------------------|------|-----------|--------|
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 25 | Seler | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 106 | Ser Homogenizowany Półtusty | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 539,6500 kcal |
| Białko | 28,1650 g |
| Tłuszcz | 20,3250 g |
| Węglowodany | 57,0350 g |
| Błonnik pokarmowy | 7,8500 g |
| Woda | 192,9400 g |
| Sól | 1,3887 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,9210 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,5625 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6370 g |
| Skrobia | 44,6800 g |
| Laktoza | 1,0900 g |
| Sacharoza | 7,3800 g |
| Fruktoza | 1,2600 g |
| Glukoza | 1,1800 g |
| Wapń | 106,2500 mg |
| Żelazo | 2,8050 mg |
| Witamina B1 | 0,3251 mg |
| Witamina B2 | 0,2974 mg |
| Witamina C | 16,0500 mg |
| Fosfor | 386,6000 mg |
| Magnez | 86,9500 mg |
| Witamina A | 702,2000 µg |
| Witamina B6 | 0,4685 mg |
| Witamina D | 0,9090 µg |
| Witamina E | 2,3460 mg |
| Witamina B12 | 1,0500 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 262,9500 kJ |
| Sód | 555,3000 mg |
| Potas | 798,5500 mg |
| Witamina B3 | 5,6240 mg |
| Foliany | 102,7300 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: 30 Podstawowa - gin/po!



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 pszenno-żytni z masłem, Jajko gotowane, Kiełbasa Zielonogórska, Sałata, Rzodkiewka, Gruszki*

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 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 22 | <i>Gruszki</i> | 130 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 83 | <i>Jaja Kurze Świeże</i> | 60 | g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 5 | 79 | <i>Kakao 20%</i> | 7 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 120 | <i>Kiełbasa Zielonogórska</i> | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 98 | <i>Masło</i> | 15 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 101 | <i>Mleko 2%</i> | 200 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 45 | <i>Rzodkiewka</i> | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 46 | <i>Sałata</i> | 10 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 780,4300 kcal |
| Białko | 37,8290 g |
| Tłuszcz | 30,5640 g |
| Węglowodany | 83,8280 g |
| Błonnik pokarmowy | 9,2590 g |
| Woda | 464,9610 g |
| Sól | 2,5583 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 15,6188 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,9753 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,5333 g |
| Skrobia | 52,3470 g |
| Laktoza | 9,4900 g |
| Sacharoza | 3,5800 g |
| Fruktoza | 8,4100 g |
| Glukoza | 3,0600 g |
| Wapń | 339,4600 mg |
| Żelazo | 5,6640 mg |
| Witamina B1 | 0,5966 mg |
| Witamina B2 | 0,9412 mg |
| Witamina C | 20,4900 mg |
| Fosfor | 595,1200 mg |
| Magnez | 130,7500 mg |
| Witamina A | 358,7400 µg |
| Witamina B6 | 0,4944 mg |
| Witamina D | 1,4740 µg |
| Witamina E | 2,4079 mg |
| Witamina B12 | 2,0650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 273,9700 kJ |
| Sód | 1 022,5400 mg |
| Potas | 1 093,2400 mg |
| Witamina B3 | 5,9850 mg |
| Foliany | 123,4100 µg |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Obiad**

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

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|-------------------------|----------|-------------|---------|
| 1 | 54 | Groch-Całe Ziarno | 80 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 83 | Jaja Kurze Świeże | 20 g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 3 | 67 | Kasza Manna | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 35 | Marchew | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 97 | Margaryna Stołowa | 7 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 71 | Mąka Pszenna | 80 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 25 | Seler | 5 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 | 120 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 941,7000 kcal |
| Białko | 61,7500 g |
| Tłuszcz | 14,8850 g |
| Węglowodany | 130,7850 g |
| Błonnik pokarmowy | 18,2950 g |
| Woda | 345,3460 g |
| Sól | 0,3887 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 6,1426 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 4,6819 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,8656 g |
| Skrobia | 116,0450 g |
| Laktoza | 4,8000 g |
| Sacharoza | 3,3150 g |
| Fruktoza | 2,1950 g |
| Glukoza | 2,3050 g |
| Wapń | 249,4000 mg |
| Żelazo | 6,8400 mg |
| Witamina B1 | 0,8985 mg |
| Witamina B2 | 1,1810 mg |
| Witamina C | 79,0200 mg |
| Fosfor | 853,5000 mg |
| Magnez | 167,7500 mg |
| Witamina A | 422,8000 µg |
| Witamina B6 | 0,8375 mg |
| Witamina D | 0,8250 µg |
| Witamina E | 2,8457 mg |
| Witamina B12 | 1,5200 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 971,1000 kJ |
| Sód | 155,0000 mg |
| Potas | 1 747,9000 mg |
| Witamina B3 | 5,8325 mg |
| Foliany | 286,8000 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: *Herbata z cukrem, 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 | 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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 148 | Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty | 45 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 115 | Szynka Drobiowa | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 511,5500 kcal |
| Białko | 26,6000 g |
| Tłuszcz | 19,1900 g |
| Węglowodany | 55,4500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,2600 g |
| Woda | 154,1950 g |
| Sól | 2,7866 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,3530 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,3260 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4660 g |
| Skrobia | 44,4000 g |
| Laktoza | 1,3950 g |
| Sacharoza | 7,8700 g |
| Wapń | 69,1500 mg |
| Żelazo | 2,2050 mg |
| Witamina B1 | 0,2722 mg |
| Witamina B2 | 0,3192 mg |
| Witamina C | 0,8500 mg |
| Fosfor | 366,6000 mg |
| Magnez | 74,3000 mg |
| Witamina A | 167,4500 µg |
| Witamina B6 | 0,4525 mg |
| Witamina D | 0,1995 µg |
| Witamina E | 1,3635 mg |
| Witamina B12 | 0,4650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 146,3500 kJ |
| Sód | 1 114,4000 mg |
| Potas | 451,0500 mg |
| Witamina B3 | 8,8695 mg |
| Foliany | 53,7800 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: *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: 30 Podstawowa - 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 | 90 | <i>Chleb Bałtonowski</i> | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 144 | <i>Kawa Zbożowa</i> | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 151 | <i>Kiwi</i> | 80 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | <i>Masło</i> | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 101 | <i>Mleko 2%</i> | 100 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 126 | <i>Polędwica Sopocka</i> | 50 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 |
| 10 | 107 | <i>Ser Żółty</i> | 60 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 723,6000 kcal |
| Białko | 39,5150 g |
| Tłuszcz | 32,6050 g |
| Węglowodany | 64,0000 g |
| Błonnik pokarmowy | 8,1800 g |
| Woda | 368,9000 g |
| Sól | 2,9217 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 19,0350 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,7015 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,1510 g |
| Skrobia | 44,7550 g |
| Laktoza | 4,8500 g |
| Sacharoza | 1,4500 g |
| Fruktoza | 4,8300 g |
| Glukoza | 4,6800 g |
| Wapń | 700,5500 mg |
| Żelazo | 3,6750 mg |
| Witamina B1 | 0,5675 mg |
| Witamina B2 | 0,6205 mg |
| Witamina C | 72,5000 mg |
| Fosfor | 678,4500 mg |
| Magnez | 105,9500 mg |
| Witamina A | 440,3000 µg |
| Witamina B6 | 0,6465 mg |
| Witamina D | 0,4680 µg |
| Witamina E | 2,9280 mg |
| Witamina B12 | 1,8800 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 031,3500 kJ |
| Sód | 1 168,4500 mg |
| Potas | 1 036,4500 mg |
| Witamina B3 | 7,3340 mg |
| Foliany | 130,2300 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 |
| Foliany | 301,4800 µg |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

Posiłek: **Kolacja**

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

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 | (AUTO)18 | Ciecierzycyca, Nasiona Suche | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 63 | Cukier | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 109 | Jogurt Naturalny 2% | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 33 | Koperek Zielony | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|--------------------|------|-----------|--------|
| 9 | 38 | Ogórek | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 74 | Ryż Długoziarnisty | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 45 | Rzodkiewka | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 128 | Schab Parzony | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 588,5000 kcal |
| Białko | 29,9650 g |
| Tłuszcz | 18,2550 g |
| Węglowodany | 73,4050 g |
| Błonnik pokarmowy | 9,6150 g |
| Woda | 141,3900 g |
| Sól | 1,2306 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 9,9430 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 4,8775 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,5090 g |
| Skrobia | 51,8650 g |
| Laktoza | 0,7300 g |
| Sacharoza | 5,8450 g |
| Fruktoza | 0,3400 g |
| Glukoza | 0,4450 g |
| Wapń | 101,5500 mg |
| Żelazo | 4,2600 mg |
| Witamina B1 | 0,5506 mg |
| Witamina B2 | 0,2618 mg |
| Witamina C | 9,0700 mg |
| Fosfor | 330,0500 mg |
| Magnez | 94,9500 mg |
| Witamina A | 151,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,5295 mg |
| Witamina D | 0,4750 µg |
| Witamina E | 1,3660 mg |
| Witamina B12 | 0,5150 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 165,8500 kJ |
| Sód | 496,7500 mg |
| Potas | 518,3500 mg |
| Witamina B3 | 8,0660 mg |
| Foliany | 53,4300 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: 30 Podstawowa - 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, Rogal maślany, pieczywo pszenno-żytnie z masłem, Kielbasa Zielonogórska, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka, Dżem Truskawkowy Nisko Słodz.*

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość | Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|-------------------------------|-------|----|-----------|---------|
| 1 | 92 | Chleb Graham | 30 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 53 | Dżem Truskawkowy Nisko Słodz. | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 79 | Kakao 20% | 7 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 120 | Kielbasa Zielonogórska | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 98 | Masło | 15 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 101 | Mleko 2% | 200 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 39 | Papryka | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 95 | Rogal Maślany | 100 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 103 | Ser Twarogowy Półtłusty | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 891,1300 kcal |
| Białko | 41,0190 g |
| Tłuszcz | 31,7040 g |
| Węglowodany | 107,5880 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,5190 g |
| Woda | 360,9210 g |
| Sól | 2,5810 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 16,6438 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 10,4163 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,8143 g |
| Skrobia | 62,9870 g |
| Laktoza | 11,7900 g |
| Sacharoza | 15,1400 g |
| Fruktoza | 6,9500 g |
| Glukoza | 6,8000 g |
| Wapń | 357,6600 mg |
| Żelazo | 3,9240 mg |
| Witamina B1 | 0,5424 mg |
| Witamina B2 | 0,8990 mg |
| Witamina C | 86,5000 mg |
| Fosfor | 573,0200 mg |
| Magnez | 113,6500 mg |
| Witamina A | 495,7400 µg |
| Witamina B6 | 0,6294 mg |
| Witamina D | 0,7890 µg |
| Witamina E | 3,6479 mg |
| Witamina B12 | 1,5850 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 744,0700 kJ |
| Sód | 1 031,7400 mg |
| Potas | 956,6400 mg |
| Witamina B3 | 5,8880 mg |
| Foliany | 100,1100 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 z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany Półtłusty, Szyńka Drobiowa, Ogórki Konserwowe Całe

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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 100 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 | 525,3500 kcal |
| Białko | 25,1350 g |
| Tłuszcz | 20,1950 g |
| Węglowodany | 58,0750 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,3600 g |
| Woda | 206,3400 g |
| Sól | 3,2871 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,9460 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,6045 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4780 g |
| Skrobia | 44,4000 g |
| Laktoza | 1,0900 g |
| Sacharoza | 10,0700 g |
| Wapń | 82,0500 mg |
| Żelazo | 2,2650 mg |
| Witamina B1 | 0,2803 mg |
| Witamina B2 | 0,2901 mg |
| Witamina C | 1,7000 mg |
| Fosfor | 344,4000 mg |
| Magnez | 77,7500 mg |
| Witamina A | 154,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,4325 mg |
| Witamina D | 0,2090 µg |
| Witamina E | 1,4070 mg |
| Witamina B12 | 0,5000 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 204,0500 kJ |
| Sód | 1 314,4000 mg |
| Potas | 489,7500 mg |
| Witamina B3 | 8,9070 mg |
| Foliany | 54,7800 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 maślance 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 | 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 | 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: 30 Podstawowa - gin/po!



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 | 90 | Chleb Bałtonowski | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | Chleb Graham | 60 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 1 | Jabłka | 150 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 4 | 83 | Jaja Kurze Świeże | 90 g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 5 | 109 | Jogurt Naturalny 2% | 20 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 6 | 144 | Kawa Zbożowa | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 33 | Koperek Zielony | 2 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 101 | Mleko 2% | 100 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 45 | Rzodkiewka | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 46 | Sałata | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 627,7600 kcal |
| Białko | 24,7010 g |
| Tłuszcz | 25,8530 g |
| Węglowodany | 69,0860 g |
| Błonnik pokarmowy | 9,6160 g |
| Woda | 408,2600 g |
| Sól | 1,5754 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 12,7450 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,3995 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,1520 g |
| Skrobia | 44,9170 g |
| Laktoza | 5,4300 g |
| Sacharoza | 4,4920 g |
| Fruktoza | 8,4540 g |
| Glukoza | 3,5960 g |
| Wapń | 242,9300 mg |
| Żelazo | 4,8990 mg |
| Witamina B1 | 0,3862 mg |
| Witamina B2 | 0,8382 mg |
| Witamina C | 27,2200 mg |
| Fosfor | 468,0700 mg |
| Magnez | 83,7300 mg |
| Witamina A | 428,3000 µg |
| Witamina B6 | 0,3825 mg |
| Witamina D | 1,6700 µg |
| Witamina E | 2,6420 mg |
| Witamina B12 | 1,9400 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 627,5700 kJ |
| Sód | 629,5900 mg |
| Potas | 834,4700 mg |
| Witamina B3 | 3,5450 mg |
| Foliany | 130,2500 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 i marchewką, 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 Pszenna | 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 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 11 | Groszek Zielony | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 145 | Herbata | 1 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

| | | | | | |
|----|-----|-------------------|------|-----------|--------|
| 6 | 77 | Majonez | 10 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 7 | 35 | Marchew | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 98 | Masło | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 42 | Pietruszka-Korzeń | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 36 | Pietruszka-Liście | 5 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 25 | Seler | 30 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 107 | Ser Żółty | 40 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 636,1000 kcal |
| Białko | 22,3450 g |
| Tłuszcz | 31,7150 g |
| Węglowodany | 59,6750 g |
| Błonnik pokarmowy | 11,3500 g |
| Woda | 175,1250 g |
| Sól | 1,9954 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 14,7720 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 11,2950 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 3,9835 g |
| Skrobia | 46,9450 g |
| Laktoza | 0,1300 g |
| Sacharoza | 9,1550 g |
| Fruktoza | 0,8450 g |
| Glukoza | 0,9650 g |
| Wapń | 425,8000 mg |
| Żelazo | 3,6200 mg |
| Witamina B1 | 0,3957 mg |
| Witamina B2 | 0,3625 mg |
| Witamina C | 36,4650 mg |
| Fosfor | 461,7000 mg |
| Magnez | 91,8000 mg |
| Witamina A | 965,7000 µg |
| Witamina B6 | 0,4205 mg |
| Witamina D | 0,2190 µg |
| Witamina E | 4,5340 mg |
| Witamina B12 | 0,8690 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 658,1000 kJ |
| Sód | 798,0500 mg |
| Potas | 690,3000 mg |
| Witamina B3 | 4,8870 mg |
| Foliiany | 142,0500 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: 30 Podstawowa - gin/po!



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 | 90 | <i>Chleb Baltonowski</i> | 40 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | <i>Chleb Graham</i> | 60 | 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 | (AUTO)13 | <i>Pomarańcza</i> | 120 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 43 | <i>Pomidory</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 | 690,4300 kcal |
| Białko | 38,0890 g |
| Tłuszcz | 24,2540 g |
| Węglowodany | 75,5080 g |
| Błonnik pokarmowy | 9,0390 g |
| Woda | 489,5510 g |
| Sól | 2,1646 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 14,0418 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,0843 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,7893 g |
| Skrobia | 45,2770 g |
| Laktoza | 11,0900 g |
| Sacharoza | 5,7600 g |
| Fruktoza | 4,5000 g |
| Glukoza | 3,9600 g |
| Wapń | 373,7600 mg |
| Żelazo | 4,3440 mg |
| Witamina B1 | 0,6865 mg |
| Witamina B2 | 0,8243 mg |
| Witamina C | 83,8000 mg |
| Fosfor | 610,1200 mg |
| Magnez | 136,5500 mg |
| Witamina A | 321,5400 µg |
| Witamina B6 | 0,7224 mg |
| Witamina D | 0,4190 µg |
| Witamina E | 2,8609 mg |
| Witamina B12 | 1,4200 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 901,2700 kJ |
| Sód | 865,1400 mg |
| Potas | 1 288,1400 mg |
| Witamina B3 | 7,4150 mg |
| Foliany | 137,4900 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami, Udka z kurczaka duszone, Sos cytrynowy, Ryż biały gotowany, Brukselka gotowana, Marchew 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 | 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 | 852,6000 kcal |
| Białko | 39,2800 g |
| Tłuszcz | 26,9650 g |
| Węglowodany | 104,1400 g |
| Błonnik pokarmowy | 18,3400 g |
| Woda | 462,9560 g |
| Sól | 0,8219 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 6,6781 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 10,8574 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 6,7301 g |
| Skrobia | 88,4150 g |
| Laktoza | 0,3900 g |
| Sacharoza | 6,1100 g |
| Fruktoza | 2,8950 g |
| Glukoza | 3,4100 g |
| Wapń | 183,6500 mg |
| Żelazo | 4,2900 mg |
| Witamina B1 | 0,4259 mg |
| Witamina B2 | 0,7007 mg |
| Witamina C | 125,8600 mg |
| Fosfor | 578,7500 mg |
| Magnez | 119,6500 mg |
| Witamina A | 2 092,8500 µg |
| Witamina B6 | 1,4500 mg |
| Witamina D | 1,2600 µg |
| Witamina E | 7,0697 mg |
| Witamina B12 | 0,5500 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 3 583,2500 kJ |
| Sód | 328,3500 mg |
| Potas | 1 862,1500 mg |
| Witamina B3 | 7,6975 mg |
| Foliany | 274,4000 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Szynka Drobiowa, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, 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 | 148 | Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty | 45 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8 | 115 | Szynka Drobiowa | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 506,5500 kcal |
| Białko | 26,8000 g |
| Tłuszcz | 19,1900 g |
| Węglowodany | 53,9500 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,4100 g |
| Woda | 155,6950 g |
| Sól | 2,3141 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,3630 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 5,3260 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,4760 g |
| Skrobia | 44,4500 g |
| Laktoza | 1,3950 g |
| Sacharoza | 5,7200 g |
| Fruktoza | 0,3500 g |
| Glukoza | 0,3500 g |
| Wapń | 73,1500 mg |
| Żelazo | 2,2550 mg |
| Witamina B1 | 0,2812 mg |
| Witamina B2 | 0,3307 mg |
| Witamina C | 4,0000 mg |
| Fosfor | 373,1000 mg |
| Magnez | 75,3000 mg |
| Witamina A | 176,4500 µg |
| Witamina B6 | 0,4625 mg |
| Witamina D | 0,1995 µg |
| Witamina E | 1,4185 mg |
| Witamina B12 | 0,4650 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 125,3500 kJ |
| Sód | 925,4000 mg |
| Potas | 486,5500 mg |
| Witamina B3 | 8,9245 mg |
| Foliany | 59,1300 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 |
| Foliiany | 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: 30 Podstawowa - gin/po!



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 | 90 | Chleb Baltonowski | 40 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 2 | 92 | Chleb Graham | 60 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 3 | 83 | Jaja Kurze Świeże | 60 | g | 0,00 / szt. | 0,0000 |
| 4 | 109 | Jogurt Naturalny 2% | 150 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 5 | 144 | Kawa Zbożowa | 5 | 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 | 78 | Musztarda | 20 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9 | 40 | Papryka Konserwowa | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 128 | Schab Parzony | 50 | g | 0,00 / kg | 0,0000 |

Charakterystyka

| Wartość odżywcza | Ilość Jm |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 714,5000 kcal |
| Białko | 42,9850 g |
| Tłuszcz | 29,3450 g |
| Węglowodany | 66,3200 g |
| Błonnik pokarmowy | 6,4000 g |
| Woda | 398,8500 g |
| Sól | 2,4900 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 14,5130 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,7355 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,7800 g |
| Skrobia | 44,4650 g |
| Laktoza | 9,5900 g |
| Sacharoza | 4,4300 g |
| Wapń | 461,6500 mg |
| Żelazo | 4,9550 mg |
| Witamina B1 | 0,6952 mg |
| Witamina B2 | 1,0803 mg |
| Witamina C | 43,1000 mg |
| Fosfor | 738,8500 mg |
| Magnez | 133,9500 mg |
| Witamina A | 400,8000 µg |
| Witamina B6 | 0,6595 mg |
| Witamina D | 1,5540 µg |
| Witamina E | 2,4560 mg |
| Witamina B12 | 2,5250 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 995,7500 kJ |
| Sód | 995,1500 mg |
| Potas | 961,7500 mg |
| Witamina B3 | 8,4930 mg |
| Foliany | 108,5300 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 z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Twarogowy Półtusty, Szyunka Konserwowa, Ogórki Konserwowe Całe

Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika | Ilość Jm | Cena | Wartość |
|-----|--------|------------------------|----------|-----------|---------|
| 1 | 90 | Chleb Bałtonowski | 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 | 61 | Ogórki Konserwowe Całe | 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 | 521,3500 kcal |
| Białko | 24,3350 g |
| Tłuszcz | 20,3950 g |
| Węglowodany | 57,4750 g |
| Błonnik pokarmowy | 5,2600 g |
| Woda | 159,3900 g |
| Sól | 2,6851 g |
| Kwasy tłuszczowe nasycone | 11,5160 g |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,0195 g |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6630 g |
| Skrobia | 45,6000 g |
| Laktoza | 1,6900 g |
| Sacharoza | 7,7700 g |
| Wapń | 78,0500 mg |
| Żelazo | 2,4650 mg |
| Witamina B1 | 0,3588 mg |
| Witamina B2 | 0,3806 mg |
| Witamina C | 0,8500 mg |
| Fosfor | 322,4000 mg |
| Magnez | 60,2500 mg |
| Witamina A | 146,6000 µg |
| Witamina B6 | 0,2575 mg |
| Witamina D | 0,3390 µg |
| Witamina E | 1,2870 mg |
| Witamina B12 | 0,5600 µg |
| Wartość energetyczna (kJ) | 2 187,0500 kJ |
| Sód | 1 073,9000 mg |
| Potas | 365,7500 mg |
| Witamina B3 | 4,2520 mg |
| Foliany | 51,8800 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 |
| Foliany | 6,9000 µg |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

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

.....
zatwierdził