

**Charakterystyka diety:**  
**Data: 22-04-2024**  
**Dieta: 17 Wegetariańska**



**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, Ser Twarogowy Półtłusty, Papryka Konserwowa, 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   | 40     | <i>Papryka Konserwowa</i>            | 50    | g  | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 9   | 103    | <i>Ser Twarogowy Półtłusty</i>       | 100   | g  | 0,00 / kg | 0,0000  |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 702,5000 kcal |
| Białko                         | 37,3450 g     |
| Tłuszcz                        | 22,5450 g     |
| Węglowodany                    | 84,2000 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 6,4600 g      |
| Woda                           | 464,2000 g    |
| Sól                            | 1,9787 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 13,3410 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,1645 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,8730 g      |
| Skrobia                        | 44,4650 g     |
| Laktoza                        | 17,3900 g     |
| Sacharoza                      | 7,8300 g      |
| Fruktoza                       | 5,7500 g      |
| Glukoza                        | 5,7500 g      |
| Wapń                           | 469,9500 mg   |
| Żelazo                         | 2,9250 mg     |
| Witamina B1                    | 0,3828 mg     |
| Witamina B2                    | 1,0786 mg     |
| Witamina C                     | 54,1000 mg    |
| Fosfor                         | 660,9500 mg   |
| Magnez                         | 100,3500 mg   |
| Witamina A                     | 269,1000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,4625 mg     |
| Witamina D                     | 0,2240 µg     |
| Witamina E                     | 1,9020 mg     |
| Witamina B12                   | 1,8000 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 951,6500 kJ |
| Sód                            | 791,0500 mg   |
| Potas                          | 817,9500 mg   |
| Witamina B3                    | 3,7720 mg     |
| Foliany                        | 82,8300 µg    |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa jarzynowa z ziemniakami, Sałatka ziemniaczana z cukinią, Dressing musztardowy z koperkiem, Surówka z kwaszonej kapusty, marchewki i cebuli

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika   | Ilość Jm | Cena      | Wartość |
|-----|--------|-------------------|----------|-----------|---------|
| 1   | 18     | Cebula            | 55 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 2   | 131    | Cukinia           | 150 g    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 3   | 31     | Kapusta Kwaszona  | 100 g    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 4   | 33     | Koperek Zielony   | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 35     | Marchew           | 60 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 97     | Margaryna Stołowa | 7 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 78     | Musztarda         | 10 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 99     | Olej Rzepakowy    | 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 | (AUTO)17 | Soczewica Czerwona, Nasiona Suche | 50 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 13 | (AUTO)14 | Sok Z Cytryny                     | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 14 | 30       | Ziemniaki                         | 310 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 680,7000 kcal |
| Białko                         | 24,7800 g     |
| Tłuszcz                        | 21,6000 g     |
| Węglowodany                    | 87,0900 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 18,4600 g     |
| Woda                           | 676,6910 g    |
| Sól                            | 1,1596 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 2,3156 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 11,3174 g     |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 6,3306 g      |
| Skrobia                        | 68,9250 g     |
| Sacharoza                      | 8,9950 g      |
| Fruktoza                       | 3,4400 g      |
| Glukoza                        | 3,5650 g      |
| Wapń                           | 177,6000 mg   |
| Żelazo                         | 7,1950 mg     |
| Witamina B1                    | 1,0057 mg     |
| Witamina B2                    | 0,6180 mg     |
| Witamina C                     | 117,3350 mg   |
| Fosfor                         | 476,3500 mg   |
| Magnez                         | 194,3500 mg   |
| Witamina A                     | 1 164,3000 µg |
| Witamina B6                    | 1,7270 mg     |
| Witamina D                     | 0,3500 µg     |
| Witamina E                     | 7,2617 mg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 850,3500 kJ |
| Sód                            | 462,8000 mg   |
| Potas                          | 2 842,2000 mg |
| Witamina B3                    | 7,6730 mg     |
| Foliany                        | 288,4500 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

#### Posiłek: **Kolacja**

Skład: *Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany Półtusty, Pasta z soczewicy, cukinii i natki*

#### 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   | 131    | Cukinia                     | 30 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 20     | Czosnek                     | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 145    | Herbata                     | 1 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 98     | Masło                       | 15 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 99     | Olej Rzepakowy              | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 9   | 36     | Pietruszka-Liście           | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 10  | 106    | Ser Homogenizowany Półtusty | 50 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 598,7500 kcal |
| Białko                         | 21,4850 g     |
| Tłuszcz                        | 25,3200 g     |
| Węglowodany                    | 67,0500 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 8,1000 g      |
| Woda                           | 115,0400 g    |
| Sól                            | 1,1583 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 12,2485 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,7440 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,9795 g      |
| Skrobia                        | 56,7650 g     |
| Laktoza                        | 1,0900 g      |
| Sacharoza                      | 6,0600 g      |
| Fruktoza                       | 0,3450 g      |
| Glukoza                        | 0,3150 g      |
| Wapń                           | 98,7500 mg    |
| Żelazo                         | 3,8350 mg     |
| Witamina B1                    | 0,5303 mg     |
| Witamina B2                    | 0,3426 mg     |
| Witamina C                     | 13,8850 mg    |
| Fosfor                         | 314,1000 mg   |
| Magnez                         | 81,3000 mg    |
| Witamina A                     | 199,4000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,3440 mg     |
| Witamina D                     | 0,2090 µg     |
| Witamina E                     | 2,7970 mg     |
| Witamina B12                   | 0,3500 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 506,5500 kJ |
| Sód                            | 463,1000 mg   |
| Potas                          | 594,0000 mg   |
| Witamina B3                    | 3,8070 mg     |
| Foliany                        | 79,8800 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: 17 Wegetariańska**



**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, 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>           | 120   | g  | 0,00 / szt. | 0,0000  |
| 5   | 79     | <i>Kakao 20%</i>                   | 7     | 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           | 775,4300 kcal |
| Białko                         | 33,6290 g     |
| Tłuszcz                        | 31,6840 g     |
| Węglowodany                    | 84,1880 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 9,2590 g      |
| Woda                           | 477,6810 g    |
| Sól                            | 1,8026 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 15,4938 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 10,7393 g     |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,5593 g      |
| Skrobia                        | 52,3470 g     |
| Laktoza                        | 9,4900 g      |
| Sacharoza                      | 3,5800 g      |
| Fruktoza                       | 8,4100 g      |
| Glukoza                        | 3,0600 g      |
| Wapń                           | 361,6600 mg   |
| Żelazo                         | 6,3340 mg     |
| Witamina B1                    | 0,3950 mg     |
| Witamina B2                    | 1,1639 mg     |
| Witamina C                     | 20,4900 mg    |
| Fosfor                         | 642,5200 mg   |
| Magnez                         | 128,9500 mg   |
| Witamina A                     | 521,4400 µg   |
| Witamina B6                    | 0,4144 mg     |
| Witamina D                     | 2,1940 µg     |
| Witamina E                     | 2,7059 mg     |
| Witamina B12                   | 2,7200 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 3 250,1700 kJ |
| Sód                            | 720,1400 mg   |
| Potas                          | 1 050,0400 mg |
| Witamina B3                    | 3,5160 mg     |
| Foliany                        | 161,2100 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 Pszena             | 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, Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty, Ogórki Konserwowe Całe, Pasta pomidorowa z fasolą

### 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   | (AUTO)15 | Fasola Czerwona, Konserwowa     | 60 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 145      | Herbata                         | 1 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 84       | Koncentrat Pomidorowy           | 10 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 98       | Masło                           | 15 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 61       | Ogórki Konserwowe Całe          | 50 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 9   | 99       | Olej Rzepakowy                  | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 10  | 36       | Pietruszka-Liście               | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 11  | 148      | Ser Twarogowy Wędzony Półtłusty | 45 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |



## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 577,7000 kcal |
| Białko                         | 20,9200 g     |
| Tłuszcz                        | 24,1800 g     |
| Węglowodany                    | 64,1800 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 9,6500 g      |
| Woda                           | 128,6200 g    |
| Sól                            | 1,7945 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 11,5755 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,3470 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,6945 g      |
| Skrobia                        | 44,4550 g     |
| Laktoza                        | 1,3950 g      |
| Sacharoza                      | 7,8550 g      |
| Fruktoza                       | 0,7250 g      |
| Glukoza                        | 0,5950 g      |
| Wapń                           | 80,3000 mg    |
| Żelazo                         | 2,4100 mg     |
| Witamina B1                    | 0,2538 mg     |
| Witamina B2                    | 0,2802 mg     |
| Witamina C                     | 13,5450 mg    |
| Fosfor                         | 261,2000 mg   |
| Magnez                         | 63,3500 mg    |
| Witamina A                     | 267,0500 µg   |
| Witamina B6                    | 0,2575 mg     |
| Witamina D                     | 0,1995 µg     |
| Witamina E                     | 2,9480 mg     |
| Witamina B12                   | 0,3150 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 178,5000 kJ |
| Sód                            | 652,8500 mg   |
| Potas                          | 403,0000 mg   |
| Witamina B3                    | 3,5015 mg     |
| Foliany                        | 59,3300 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: *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: 17 Wegetariańska**



**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, Ser Żółty, Rzodkiewka, Kiełki, Pomidory, Kiwi*

**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   | 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   | 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           | 688,5000 kcal |
| Białko                         | 28,8100 g     |
| Tłuszcz                        | 30,7600 g     |
| Węglowodany                    | 63,6650 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 8,2250 g      |
| Woda                           | 323,1500 g    |
| Sól                            | 2,1592 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 18,2610 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,9255 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,9220 g      |
| Skrobia                        | 44,7550 g     |
| Laktoza                        | 4,8500 g      |
| Sacharoza                      | 1,4400 g      |
| Fruktoza                       | 4,7800 g      |
| Glukoza                        | 4,6400 g      |
| Wapń                           | 691,6500 mg   |
| Żelazo                         | 3,1050 mg     |
| Witamina B1                    | 0,3425 mg     |
| Witamina B2                    | 0,5406 mg     |
| Witamina C                     | 71,2000 mg    |
| Fosfor                         | 594,3500 mg   |
| Magnez                         | 96,5500 mg    |
| Witamina A                     | 421,1000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,4755 mg     |
| Witamina D                     | 0,2480 µg     |
| Witamina E                     | 2,8000 mg     |
| Witamina B12                   | 1,6600 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 761,0500 kJ |
| Sód                            | 863,0500 mg   |
| Potas                          | 897,0500 mg   |
| Witamina B3                    | 4,5120 mg     |
| Foliany                        | 121,9300 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa pomidorowa z makaronem pszennym, Pieczone klopsiki z ciecierzycy, 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   | 18       | Cebula                      | 5 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 3   | (AUTO)18 | Ciecierzycy, Nasiona Suche  | 40 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 4   | 1        | Jabłka                      | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 5   | 83       | Jaja Kurze Świeże           | 10 g     | 0,00 / szt. | 0,0000  |
| 6   | 84       | Koncentrat Pomidorowy       | 30 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 7   | 70       | Makaron Pszenny Dwujajeczny | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 8   | 35       | Marchew                     | 120 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 9   | 97       | Margaryna Stołowa           | 7 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 10  | 71       | Mąka Pszenna                | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 11  | (AUTO)34 | Mąka Pszenna, Typ 1850      | 10 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |

|    |     |                        |       |           |        |
|----|-----|------------------------|-------|-----------|--------|
| 12 | 99  | Olej Rzepakowy         | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 13 | 42  | Pietruszka-Korzeń      | 15 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 14 | 36  | Pietruszka-Liście      | 5 g   | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 15 | 25  | Seler                  | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 16 | 102 | Śmietana Spożywcza 12% | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 17 | 30  | Ziemniaki              | 280 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 790,2000 kcal |
| Białko                         | 26,5700 g     |
| Tłuszcz                        | 20,3050 g     |
| Węglowodany                    | 118,6850 g    |
| Błonnik pokarmowy              | 21,9750 g     |
| Woda                           | 520,0860 g    |
| Sól                            | 0,4497 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 3,2541 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,5474 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 4,9351 g      |
| Skrobia                        | 74,7300 g     |
| Laktoza                        | 0,3900 g      |
| Sacharoza                      | 6,6000 g      |
| Fruktoza                       | 5,9850 g      |
| Glukoza                        | 5,2500 g      |
| Wapń                           | 210,1500 mg   |
| Żelazo                         | 7,5950 mg     |
| Witamina B1                    | 0,5228 mg     |
| Witamina B2                    | 0,5278 mg     |
| Witamina C                     | 163,5050 mg   |
| Fosfor                         | 394,7500 mg   |
| Magnez                         | 200,8000 mg   |
| Witamina A                     | 2 447,6500 µg |
| Witamina B6                    | 1,5875 mg     |
| Witamina D                     | 0,5660 µg     |
| Witamina E                     | 7,9447 mg     |
| Witamina B12                   | 0,2240 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 710,1000 kJ |
| Sód                            | 188,6000 mg   |
| Potas                          | 2 482,8500 mg |
| Witamina B3                    | 7,8950 mg     |
| Foliany                        | 309,3300 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: Kolacja

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

### 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   | (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 | (AUTO)20 | Ser Mozzarella      | 62 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 640,5000 kcal |
| Białko                         | 24,6150 g     |
| Tłuszcz                        | 26,2950 g     |
| Węglowodany                    | 74,0250 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 9,6150 g      |
| Woda                           | 110,6400 g    |
| Sól                            | 1,5706 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 16,3630 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 3,8625 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,2340 g      |
| Skrobia                        | 51,8650 g     |
| Laktoza                        | 0,7300 g      |
| Sacharoza                      | 5,8450 g      |
| Fruktoza                       | 0,3400 g      |
| Glukoza                        | 0,4450 g      |
| Wapń                           | 91,5500 mg    |
| Żelazo                         | 3,5100 mg     |
| Witamina B1                    | 0,2491 mg     |
| Witamina B2                    | 0,1443 mg     |
| Witamina C                     | 9,0700 mg     |
| Fosfor                         | 198,5500 mg   |
| Magnez                         | 79,9500 mg    |
| Witamina A                     | 151,6000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,2995 mg     |
| Witamina D                     | 0,1200 µg     |
| Witamina E                     | 1,2210 mg     |
| Witamina B12                   | 0,1000 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 1 797,8500 kJ |
| Sód                            | 459,2500 mg   |
| Potas                          | 342,8500 mg   |
| Witamina B3                    | 3,1460 mg     |
| Foliiany                       | 51,5300 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: 17 Wegetariańska**



**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, 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   | 98     | Masło                         | 15 g  |    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 101    | Mleko 2%                      | 200 g |    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 39     | Papryka                       | 50 g  |    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 95     | Rogal Maślany                 | 100 g |    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 103    | Ser Twarogowy Półtłusty       | 100 g |    | 0,00 / kg | 0,0000  |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 868,1300 kcal |
| Białko                         | 38,6690 g     |
| Tłuszcz                        | 29,3540 g     |
| Węglowodany                    | 109,4380 g    |
| Błonnik pokarmowy              | 5,5190 g      |
| Woda                           | 363,9710 g    |
| Sól                            | 1,6685 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 16,1138 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 9,3413 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,4343 g      |
| Skrobia                        | 62,9870 g     |
| Laktoza                        | 13,3900 g     |
| Sacharoza                      | 15,1400 g     |
| Fruktoza                       | 6,9500 g      |
| Glukoza                        | 6,8000 g      |
| Wapń                           | 398,6600 mg   |
| Żelazo                         | 3,3740 mg     |
| Witamina B1                    | 0,3174 mg     |
| Witamina B2                    | 1,0215 mg     |
| Witamina C                     | 86,5000 mg    |
| Fosfor                         | 611,5200 mg   |
| Magnez                         | 109,1500 mg   |
| Witamina A                     | 514,7400 µg   |
| Witamina B6                    | 0,5344 mg     |
| Witamina D                     | 0,5340 µg     |
| Witamina E                     | 3,5479 mg     |
| Witamina B12                   | 1,6800 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 3 648,5700 kJ |
| Sód                            | 666,7400 mg   |
| Potas                          | 890,1400 mg   |
| Witamina B3                    | 3,4730 mg     |
| Foliany                        | 112,4100 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Krupnik z kaszą jęczmienną, Smażone klopsiki z soczewicy, Sos jarzynowy, Ziemniaki gotowane, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka, Cukinia na parze

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks   | Nazwa składnika          | Ilość Jm | Cena        | Wartość |
|-----|----------|--------------------------|----------|-------------|---------|
| 1   | 18       | Cebula                   | 5 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   | 83       | Jaja Kurze Świeże        | 10 g     | 0,00 / szt. | 0,0000  |
| 5   | 152      | Kapusta Czerwona         | 100 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 6   | 65       | Kasza Jęczmienna Perłowa | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 7   | 35       | Marchew                  | 50 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 8   | 97       | Margaryna Stołowa        | 7 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 9   | 71       | Mąka Pszenna             | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 10  | (AUTO)34 | Mąka Pszenna, Typ 1850   | 10 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 11  | 99       | Olej Rzepakowy           | 10 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |

|    |          |                                   |       |           |        |
|----|----------|-----------------------------------|-------|-----------|--------|
| 12 | 42       | Pietruszka-Korzeń                 | 25 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 13 | 25       | Seler                             | 20 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 14 | (AUTO)17 | Soczewica Czerwona, Nasiona Suche | 40 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 15 | 30       | Ziemniaki                         | 310 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 756,5500 kcal |
| Białko                         | 26,3400 g     |
| Tłuszcz                        | 17,2650 g     |
| Węglowodany                    | 114,3950 g    |
| Błonnik pokarmowy              | 18,3850 g     |
| Woda                           | 574,3110 g    |
| Sól                            | 0,3219 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 2,3371 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,2289 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 5,1986 g      |
| Skrobia                        | 97,0650 g     |
| Sacharoza                      | 7,2250 g      |
| Fruktoza                       | 4,8800 g      |
| Glukoza                        | 4,6850 g      |
| Wapń                           | 146,7000 mg   |
| Żelazo                         | 6,6200 mg     |
| Witamina B1                    | 0,9926 mg     |
| Witamina B2                    | 0,5960 mg     |
| Witamina C                     | 131,4500 mg   |
| Fosfor                         | 503,7500 mg   |
| Magnez                         | 178,6500 mg   |
| Witamina A                     | 944,6500 µg   |
| Witamina B6                    | 1,6315 mg     |
| Witamina D                     | 0,5200 µg     |
| Witamina E                     | 7,5837 mg     |
| Witamina B12                   | 0,1600 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 3 179,4500 kJ |
| Sód                            | 127,6500 mg   |
| Potas                          | 2 628,2000 mg |
| Witamina B3                    | 8,8950 mg     |
| Foliiany                       | 276,1500 µg   |

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

### Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser Homogenizowany  
Pótlusty, Ogórki Konserwowe Cafe, Pasta z ciecierzycy, buraka i natki

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks   | Nazwa składnika            | Ilość Jm | Cena      | Wartość |
|-----|----------|----------------------------|----------|-----------|---------|
| 1   | 17       | Buraki                     | 30 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 2   | 90       | Chleb Bałtonowski          | 40 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 3   | 92       | Chleb Graham               | 60 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 4   | (AUTO)18 | Ciecierzycy, Nasiona Suche | 25 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 63       | Cukier                     | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 20       | Czosnek                    | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 145      | Herbata                    | 1 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 98       | Masło                      | 15 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |

|    |     |                             |      |           |        |
|----|-----|-----------------------------|------|-----------|--------|
| 9  | 61  | Ogórki Konserwowe Całe      | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 99  | Olej Rzepakowy              | 5 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 11 | 36  | Pietruszka-Liście           | 5 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 106 | Ser Homogenizowany Półtusty | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 624,0000 kcal |
| Białko                         | 20,2150 g     |
| Tłuszcz                        | 26,1200 g     |
| Węglowodany                    | 74,3800 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 10,5850 g     |
| Woda                           | 156,2450 g    |
| Sól                            | 1,6802 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 12,2970 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,6120 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,6520 g      |
| Skrobia                        | 45,1900 g     |
| Laktoza                        | 1,0900 g      |
| Sacharoza                      | 9,7550 g      |
| Fruktoza                       | 0,1050 g      |
| Glukoza                        | 0,1050 g      |
| Wapń                           | 124,8000 mg   |
| Żelazo                         | 4,3750 mg     |
| Witamina B1                    | 0,2528 mg     |
| Witamina B2                    | 0,2446 mg     |
| Witamina C                     | 15,2850 mg    |
| Fosfor                         | 239,3500 mg   |
| Magnez                         | 93,8000 mg    |
| Witamina A                     | 192,3000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,3170 mg     |
| Witamina D                     | 0,2090 µg     |
| Witamina E                     | 2,7460 mg     |
| Witamina B12                   | 0,3500 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 229,3500 kJ |
| Sód                            | 677,8000 mg   |
| Potas                          | 431,9000 mg   |
| Witamina B3                    | 3,2470 mg     |
| Foliany                        | 83,5300 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 maślanec z malinami i siemieniem

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks   | Nazwa składnika | Ilość Jm | Cena      | Wartość |
|-----|----------|-----------------|----------|-----------|---------|
| 1   | 6        | Maliny          | 50 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 2   | 149      | 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    |
| Foliany                        | 18,0000 µg   |

**Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł**

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

.....  
zatwierdził

**Charakterystyka diety:**  
**Data: 26-04-2024**  
**Dieta: 17 Wegetariańska**



**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, Duszony gulasz z soczewicy, cebuli i pieczarek, Puree ziemniaczane, Surówka z białej kapusty i marchewki, Brokuł gotowany

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks | Nazwa składnika             | Ilość Jm | Cena      | Wartość |
|-----|--------|-----------------------------|----------|-----------|---------|
| 1   | 12     | Brokuły                     | 100 g    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 2   | 17     | Buraki                      | 100 g    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 3   | 18     | Cebula                      | 30 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 4   | 20     | Czosnek                     | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 24     | Kapusta Biała               | 100 g    | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 70     | Makaron Pszenny Dwujajeczny | 20 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 35     | Marchew                     | 45 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 97     | Margaryna Stołowa           | 7 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 9   | 142    | Mąka (Skrobia) Ziemniaczana | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 10  | 99     | Olej Rzepakowy              | 10 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |



|    |          |                                   |       |           |        |
|----|----------|-----------------------------------|-------|-----------|--------|
| 11 | 41       | Pieczarka Uprawna                 | 100 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 12 | 42       | Pietruszka-Korzeń                 | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 13 | 25       | Seler                             | 5 g   | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 14 | (AUTO)17 | Soczewica Czerwona, Nasiona Suche | 50 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 15 | (AUTO)38 | Sos Sojowy                        | 5 g   | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 16 | 30       | Ziemniaki                         | 260 g | 0,00 / kg | 0,0000 |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 733,1000 kcal |
| Białko                         | 30,7800 g     |
| Tłuszcz                        | 16,8350 g     |
| Węglowodany                    | 104,2300 g    |
| Błonnik pokarmowy              | 20,5700 g     |
| Woda                           | 667,2560 g    |
| Sól                            | 1,2320 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 2,1376 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,9294 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 5,3146 g      |
| Skrobia                        | 79,1400 g     |
| Sacharoza                      | 12,0150 g     |
| Fruktoza                       | 3,9750 g      |
| Glukoza                        | 4,5150 g      |
| Wapń                           | 239,2000 mg   |
| Żelazo                         | 8,9050 mg     |
| Witamina B1                    | 0,9826 mg     |
| Witamina B2                    | 1,2487 mg     |
| Witamina C                     | 198,9550 mg   |
| Fosfor                         | 633,0000 mg   |
| Magnez                         | 183,4000 mg   |
| Witamina A                     | 967,9000 µg   |
| Witamina B6                    | 1,4755 mg     |
| Witamina D                     | 2,3260 µg     |
| Witamina E                     | 8,1342 mg     |
| Witamina B12                   | 0,0340 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 3 073,9000 kJ |
| Sód                            | 159,8000 mg   |
| Potas                          | 3 040,4000 mg |
| Witamina B3                    | 11,8045 mg    |
| Foliany                        | 426,5800 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 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   | 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     |
| Foliany                        | 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: 17 Wegetariańska**



**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, 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   | (AUTO)13 | <i>Pomarańcza</i>              | 120   | g  | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 43       | <i>Pomidory</i>                | 100   | g  | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 103      | <i>Ser Twarogowy Półtłusty</i> | 100   | g  | 0,00 / kg | 0,0000  |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 693,9300 kcal |
| Białko                         | 36,6390 g     |
| Tłuszcz                        | 24,6540 g     |
| Węglowodany                    | 76,9080 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 9,0390 g      |
| Woda                           | 489,3010 g    |
| Sól                            | 1,4571 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 14,6618 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,0743 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 1,6543 g      |
| Skrobia                        | 45,2770 g     |
| Laktoza                        | 12,6900 g     |
| Sacharoza                      | 5,7600 g      |
| Fruktoza                       | 4,5000 g      |
| Glukoza                        | 3,9600 g      |
| Wapń                           | 414,2600 mg   |
| Żelazo                         | 3,9440 mg     |
| Witamina B1                    | 0,4810 mg     |
| Witamina B2                    | 0,9783 mg     |
| Witamina C                     | 83,8000 mg    |
| Fosfor                         | 641,6200 mg   |
| Magnez                         | 132,5500 mg   |
| Witamina A                     | 341,0400 µg   |
| Witamina B6                    | 0,6024 mg     |
| Witamina D                     | 0,2440 µg     |
| Witamina E                     | 2,8159 mg     |
| Witamina B12                   | 1,6000 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 915,2700 kJ |
| Sód                            | 582,1400 mg   |
| Potas                          | 1 218,6400 mg |
| Witamina B3                    | 4,7050 mg     |
| Foliany                        | 150,1900 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa selerowa z ziemniakami, Pieczone pulpeciki z fasoli, 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   | 18       | Cebula                      | 5 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 3   | (AUTO)15 | Fasola Czerwona, Konserwowa | 80 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 4   | 83       | Jaja Kurze Świeże           | 10 g     | 0,00 / szt. | 0,0000  |
| 5   | 84       | Koncentrat Pomidorowy       | 5 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 6   | 35       | Marchew                     | 120 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 7   | 97       | Margaryna Stołowa           | 12 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 8   | 71       | Mąka Pszenna                | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 9   | (AUTO)34 | Mąka Pszenna, Typ 1850      | 10 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 10  | 99       | Olej Rzepakowy              | 5 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 11  | 42       | Pietruszka-Korzeń           | 20 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |

|    |          |                        |       |           |        |
|----|----------|------------------------|-------|-----------|--------|
| 12 | 74       | Ryż Długoziarnisty     | 80 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 13 | 25       | Seler                  | 105 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 14 | (AUTO)14 | Sok Z Cytryny          | 12 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 15 | 102      | Śmietana Spożywcza 12% | 10 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 16 | 30       | Ziemniaki              | 50 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 747,0000 kcal |
| Białko                         | 25,0080 g     |
| Tłuszcz                        | 15,4960 g     |
| Węglowodany                    | 114,3410 g    |
| Błonnik pokarmowy              | 25,2520 g     |
| Woda                           | 400,2660 g    |
| Sól                            | 0,8283 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 3,2767 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 6,2041 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 4,3029 g      |
| Skrobia                        | 87,2300 g     |
| Laktoza                        | 0,3900 g      |
| Sacharoza                      | 6,7040 g      |
| Fruktoza                       | 3,4370 g      |
| Glukoza                        | 3,9070 g      |
| Wapń                           | 188,4200 mg   |
| Żelazo                         | 4,0670 mg     |
| Witamina B1                    | 0,3838 mg     |
| Witamina B2                    | 0,4888 mg     |
| Witamina C                     | 131,8950 mg   |
| Fosfor                         | 381,1800 mg   |
| Magnez                         | 105,9600 mg   |
| Witamina A                     | 2 206,1900 µg |
| Witamina B6                    | 1,1533 mg     |
| Witamina D                     | 0,7800 µg     |
| Witamina E                     | 7,0057 mg     |
| Witamina B12                   | 0,1900 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 825,6700 kJ |
| Sód                            | 244,7200 mg   |
| Potas                          | 1 620,1900 mg |
| Witamina B3                    | 5,0335 mg     |
| Foliany                        | 283,4900 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

#### Posiłek: **Kolacja**

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Ser homogenizowany półtłusty z pietruszką, Ogórek, Pasta pomidorowa z fasolą

#### 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   | (AUTO)15 | Fasola Czerwona, Konserwowa | 60 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 145      | Herbata                     | 1 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 84       | Koncentrat Pomidorowy       | 10 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |

|    |     |                             |      |           |        |
|----|-----|-----------------------------|------|-----------|--------|
| 7  | 98  | Masło                       | 15 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 8  | 38  | Ogórek                      | 50 g | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 9  | 99  | Olej Rzepakowy              | 5 g  | 0,00 / kg | 0,0000 |
| 10 | 36  | Pietruszka-Liście           | 7 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           | 575,4800 kcal |
| Białko                         | 19,5930 g     |
| Tłuszcz                        | 25,1430 g     |
| Węglowodany                    | 62,7010 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 9,8840 g      |
| Woda                           | 137,5550 g    |
| Sól                            | 1,3380 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 12,1743 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 8,6257 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,7103 g      |
| Skrobia                        | 44,5150 g     |
| Laktoza                        | 1,0900 g      |
| Sacharoza                      | 5,7070 g      |
| Fruktoza                       | 1,0810 g      |
| Glukoza                        | 0,9550 g      |
| Wapń                           | 97,5600 mg    |
| Żelazo                         | 2,5760 mg     |
| Witamina B1                    | 0,2676 mg     |
| Witamina B2                    | 0,2607 mg     |
| Witamina C                     | 20,2490 mg    |
| Fosfor                         | 242,1800 mg   |
| Magnez                         | 66,1800 mg    |
| Witamina A                     | 276,2400 µg   |
| Witamina B6                    | 0,2407 mg     |
| Witamina D                     | 0,2090 µg     |
| Witamina E                     | 3,0847 mg     |
| Witamina B12                   | 0,3500 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 168,3000 kJ |
| Sód                            | 470,1300 mg   |
| Potas                          | 464,1000 mg   |
| Witamina B3                    | 3,5820 mg     |
| Foliiany                       | 66,9300 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: 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: 17 Wegetariańska**



**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, Papryka Konserwowa, Musztarda, Jogurt Naturalny 2%*

**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   | 120 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  |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 711,0000 kcal |
| Białko                         | 34,2850 g     |
| Tłuszcz                        | 32,6650 g     |
| Węglowodany                    | 66,6800 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 6,4000 g      |
| Woda                           | 413,8200 g    |
| Sól                            | 2,6078 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 15,2930 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 11,3245 g     |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,9910 g      |
| Skrobia                        | 44,4650 g     |
| Laktoza                        | 9,5900 g      |
| Sacharoza                      | 4,4300 g      |
| Wapń                           | 479,8500 mg   |
| Żelazo                         | 5,5250 mg     |
| Witamina B1                    | 0,4321 mg     |
| Witamina B2                    | 1,2880 mg     |
| Witamina C                     | 43,1000 mg    |
| Fosfor                         | 729,7500 mg   |
| Magnez                         | 126,1500 mg   |
| Witamina A                     | 564,0000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,4895 mg     |
| Witamina D                     | 2,2190 µg     |
| Witamina E                     | 2,7490 mg     |
| Witamina B12                   | 3,0700 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 976,9500 kJ |
| Sód                            | 1 042,2500 mg |
| Potas                          | 866,0500 mg   |
| Witamina B3                    | 3,6090 mg     |
| Foliany                        | 145,6300 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: 0,0000zł

### Posiłek: **Obiad**

**Skład:** Zupa koperkowa z ziemniakami, Naleśniki na mące pszennej pełnoziarnistej, Nadzienie z twarogu, cynamonu i jabłka

### Podsumowanie składników

| Lp. | Indeks   | Nazwa składnika         | Ilość Jm | Cena        | Wartość |
|-----|----------|-------------------------|----------|-------------|---------|
| 1   | 1        | Jabłka                  | 75 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 2   | 83       | Jaja Kurze Świeże       | 20 g     | 0,00 / szt. | 0,0000  |
| 3   | 33       | Koperek Zielony         | 10 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 4   | 35       | Marchew                 | 30 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 5   | 97       | Margaryna Stołowa       | 7 g      | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 6   | (AUTO)34 | Mąka Pszenna, Typ 1850  | 100 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 7   | 101      | Mleko 2%                | 100 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 8   | 99       | Olej Rzepakowy          | 5 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  | 103      | Ser Twarogowy Półtłusty | 100 g    | 0,00 / kg   | 0,0000  |
| 12  | 30       | Ziemniaki               | 50 g     | 0,00 / kg   | 0,0000  |

## Charakterystyka

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 710,3500 kcal |
| Białko                         | 38,9600 g     |
| Tłuszcz                        | 19,6700 g     |
| Węglowodany                    | 86,3450 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 15,6900 g     |
| Woda                           | 362,0460 g    |
| Sól                            | 0,4343 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 6,3301 g      |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,7124 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 4,3761 g      |
| Skrobia                        | 65,3350 g     |
| Laktoza                        | 7,9000 g      |
| Sacharoza                      | 4,5150 g      |
| Fruktoza                       | 4,6200 g      |
| Glukoza                        | 2,1400 g      |
| Wapń                           | 292,2000 mg   |
| Żelazo                         | 5,4050 mg     |
| Witamina B1                    | 0,6485 mg     |
| Witamina B2                    | 0,9205 mg     |
| Witamina C                     | 29,8400 mg    |
| Fosfor                         | 719,6500 mg   |
| Magnez                         | 149,1500 mg   |
| Witamina A                     | 697,1000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,7515 mg     |
| Witamina D                     | 0,8000 µg     |
| Witamina E                     | 5,4942 mg     |
| Witamina B12                   | 1,5200 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 983,4000 kJ |
| Sód                            | 173,1000 mg   |
| Potas                          | 1 164,6000 mg |
| Witamina B3                    | 8,3195 mg     |
| Foliany                        | 221,4000 µg   |

Szacunkowa cena posiłku: **0,0000zł**

### Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata z cukrem, Chleb pszenno-żytni z masłem, Pasta z soczewicy, marchwi i natki, Ser Twarogowy 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   | 20     | Czosnek                 | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 5   | 145    | Herbata                 | 1 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 6   | 35     | Marchew                 | 30 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 7   | 98     | Masło                   | 15 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 8   | 61     | Ogórki Konserwowe Całe  | 50 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 9   | 99     | Olej Rzepakowy          | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 10  | 36     | Pietruszka-Liście       | 5 g      | 0,00 / kg | 0,0000  |
| 11  | 103    | Ser Twarogowy Półtłusty | 50 g     | 0,00 / kg | 0,0000  |

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza               | Ilość Jm      |
|--------------------------------|---------------|
| Wartość energetyczna           | 600,5500 kcal |
| Białko                         | 24,5750 g     |
| Tłuszcz                        | 22,2500 g     |
| Węglowodany                    | 70,9700 g     |
| Błonnik pokarmowy              | 8,9800 g      |
| Woda                           | 159,6000 g    |
| Sól                            | 1,6999 g      |
| Kwasy tłuszczowe nasycone      | 10,3905 g     |
| Kwasy tłuszczowe jednonienasyc | 7,7590 g      |
| Kwasy tłuszczowe wielonienasyc | 2,9505 g      |
| Skrobia                        | 56,3750 g     |
| Laktoza                        | 1,6900 g      |
| Sacharoza                      | 8,6800 g      |
| Fruktoza                       | 0,4650 g      |
| Glukoza                        | 0,5250 g      |
| Wapń                           | 106,5500 mg   |
| Żelazo                         | 3,9150 mg     |
| Witamina B1                    | 0,5295 mg     |
| Witamina B2                    | 0,4578 mg     |
| Witamina C                     | 13,0550 mg    |
| Fosfor                         | 362,6000 mg   |
| Magnez                         | 82,5000 mg    |
| Witamina A                     | 691,0000 µg   |
| Witamina B6                    | 0,4020 mg     |
| Witamina D                     | 0,1590 µg     |
| Witamina E                     | 2,8900 mg     |
| Witamina B12                   | 0,4000 µg     |
| Wartość energetyczna (kJ)      | 2 519,0500 kJ |
| Sód                            | 679,8000 mg   |
| Potas                          | 628,6000 mg   |
| Witamina B3                    | 3,8870 mg     |
| Foliany                        | 78,5300 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