

Zatwierdzam

Jadłospis dla diety:
na dzień:
dla kuchni:

Podstawowa I Katowice
2025-06-25
Kuchnia szpitalna

Zawartość jadłospisu:

Śniadanie: Kasza kukurydziana gotowana na mleku . (**7 BIA, 7 MLE**), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru (**1 GLU, 7 BIA, 7 MLE**), Jabłko , Jajo (**3 JAJ**), Chleb graham 150g, masło extra 15g (**7 BIA**),

Obiad: Kapuśniak z białej kapusty^ (**1 GLU, 9 SEL**), Gulasz drobiowy z bukietem warzyw K (**7 BIA, 1 GLU**), Kasza gryczana gotowana , Kompot bez cukru ,

Kolacja: Chleb pszenno-żytni 150g, Masło extra 15g, (**1 GLU, 7 BIA, 3 JAJ, 5 OZI, 7 MLE, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT**), Szyzka krucha z pieca Bielez , Ogórek zielony , Herbata 1 torebka ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Węglowodany przyswajalne	Magnez	Wapń	Witamina A	Sód	Witamina E	Błonnik pokarmowy	Żelazo	Witamina C	Witamina B12	Witamina B6	suma cukrów prostych	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[mg]	[mg]	[mg]	[mg]	[g]	[mg]	[mg]	[mg]	[mg]	[g]	[g]
1	Śniadanie	1 093,1	39,3	31,6	75,7	78,9	701,1	405,1	326,1	2,1	12,7	2,3	24,0	3,0	0,4	46,9	16,6
2	Obiad	729,8	43,7	8,8	109,6	317,3	161,8	1 130,2	173,5	3,4	18,1	5,8	102,5	0,4	2,1	13,6	2,0
3	Kolacja	550,6	19,3	18,7	79,4	49,8	40,7	136,7	604,6	1,2	6,6	2,0	4,2		0,2	0,9	10,0
4	Cały jadłospis	2 373,4	102,4	59,1	264,6	446,0	903,6	1 672,0	1 104,1	6,7	37,4	10,1	130,6	3,4	2,7	61,4	28,6
5	Parametry diety (min - max)	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0	0.0 - 0.0
6	Różnica:																

Materiały do przygotowania posiłków:

Lp	Opis	Jm	Ilość wg posiłków			Ilość całkowita
			Śniadanie	Obiad	Kolacja	
1	Chleb Graham 500g	g	150			150
2	Chleb mieszany	g			150	150
3	filety drobiowe	g		100		100
4	Porcja rosółowa	g		57,1429		57,1429
5	herbata ekspresowa szt	szt			1	1
6	kawa zbozowa	g	9,6			9,6
7	mieszanka owocowa	g		1,2		1,2
8	jaja kurze cale	szt	1			1
9	kasza gryczana	g		90		90
10	kaszka kukurydziana	g	35			35
11	koncentrat pomidorowy 30%	g		5,7143		5,7143
12	mąka pszenna typ 550	g		13,7143		13,7143
13	mleko spożywcze 2% tłuszczu	ml	556			556
14	jabłko	g	200			200
15	Mieszanka kompotowa owocowa mrożona	g		18		18
16	czosnek granulowany	g		0,005		0,005
17	kminek	g		0,5714		0,5714
18	liść laurowy	g		0,0214		0,0214
19	Lubczyk	g		1,1429		1,1429

20	majeranek	g		0,5714		0,5714
21	papryka mielona	g		0,005		0,005
22	pieprz mielony	g		0,2143		0,2143
23	ziele angielskie	g		0,1243		0,1243
24	śmietana 18% tłuszczu Bieruń	g		8		8
25	masło	g	15		15	30
26	olej rzepakowy	g		2		2
27	cebula	g		5		5
28	kapusta biała	g		57,1429		57,1429
29	marchew	g		45,7143		45,7143
30	ogórek	g			52	52
31	pietruszka, korzeń	g		11,4286		11,4286
32	seler korzeniowy	g		22,8571		22,8571
33	ziemniaki	g		171,4286		171,4286
34	bukiet warzyw mieszanka	g		120		120
35	Szynka krucha z pieca Bielesz	g			52,5	52,5

2025-06-25 **Śniadanie**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2025-06-25 **Obiad**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

2025-06-25 **Kolacja**
Posilek organoleptycznie bez zastrzeżeń
Zgodny z jadłospisem
Można wydać

Sporządził

Lekarz

Zatwierdził