



Bystra, 2026-02-25

INFORMACJA

Badanie laboratoryjne żywności w Centrum Pulmonologii i Torakochirurgii w Bystrej

W dniu 17.02.2026 r. Centrum Pulmonologii i Torakochirurgii przeprowadziło badanie laboratoryjne całodziennego menu (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja) dla diety podstawowej, celem weryfikacji zgodności wartości odżywczej posiłków z założonymi normami żywieniowymi, wyliczonymi przez dietetyka szpitalnego, za pomocą programu dietetycznego KCALKulator.

1. Jadłospis dla diety podstawowej zaplanowany w dniu 17.02.2026 r.
2. Wartość odżywcza całodziennego menu dla diety podstawowej z dnia 17.02.2026 r., wyliczona za pomocą programu dietetycznego.
3. Otrzymany wynik badania laboratoryjnego wysłanej próbki żywności z dnia 17.02.2026 r.
4. Zestawienie wyników laboratoryjnych badania żywności z dnia 17.02.2026 r. z wartością odżywczą jadłospisu wyliczoną za pomocą programu dietetycznego.
5. Wnioski.

**Ad 1. Jadłospis dla diety podstawowej zaplanowany w dniu 17.02.2026 r.**

Dzień: 1 - Wtorek, 2026-02-17			
I śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja
<ol style="list-style-type: none">1. Chleb pszenno-żytni 30.00g [składniki: Skład: mąka pszenna chlebowa, mąka żytnia razowa, zakwas żytni, woda, sól.]2. Bułka kajzerka 1 szt. 50.00g [składniki: mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier.]3. Chleb graham 30.00g [składniki: Woda, mąka pszenna 750, mąka pszenna 1850 graham, mąka żytnia 720, ekstrakt siodu (słód jęczmienny, woda), zakwas żytni (mąka żytnia, woda, kultury bakterii), drożdże, sól]4. Masło ekstra 82% tłuszczu jednoporcjowe 20.00g [składniki: śmietanka pasteryzowana, Zawartość tłuszczu 82%]5. Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60.00g składniki: Jaja kurze całe (jaja) 87%, musztarda 4%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 4%, majonez 4% [składniki: olej rzepakowy rafinowany, mielona gorczyca przyprawy, woda, żółtko jaja kurzego], Szczypiorek 1%, Pieprz czarny MIELONY 0%6. Ser żółty typu Emmentaler z dziurami 40.00g [składniki: Mleko krowie pasteryzowane, sól, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka.]7. Pomidor 80.00g8. Rukola 10.00g9. Jabłko 1 szt. 150.00g10. Herbata czarna 250.00g [składniki: mieszanka herbat czarnych]11. Cytryna 5.00g12. Cukier saszetka 1 szt. 4.00g [składniki: biały cukier]	<ol style="list-style-type: none">1. Zupa brokułowa krem z groszkiem ptysiowym 400.00g składniki: Brokuł gotowany 39%, Woda wodociągowa 16%, Ziemniaki średnio 12%, mleko 2% 12%, Marchew 5%, groszek ptysiowy s 5%, Mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna) 4%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Pieprz czarny MIELONY 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0%, Sól biała 0%2. Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 120.00g składniki: Mięso udziec z indyka bk/bs 65%, bułki pszenne zwykłe 15%, Jaja kurze całe (jaja) 6%, bułka tarta 6%, Cebula 5%, Czosnek 1%, Sól biała 1%, Olej rzepakowy uniwersalny 1%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 1%, Pieprz czarny MIELONY 0%3. Sos pieczeniowy 100.00g składniki: Woda wodociągowa 84%, Mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna) 7%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Skrobia ziemniaczana 3%, Sól biała 0%, Pieprz czarny MIELONY 0%, Tymianek 0%, Liść laurowy 0%, Ziele angielskie CAŁE 0%4. Ziemniaki puree 200.00g składniki: Ziemniaki późne 90%, mleko 2% 10%5. Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 200.00g składniki: Marchew 71%, Jabłko 20%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 9%6. Kompot z owoców mieszanych 250.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, Mieszanka owocowa mrożona 11%7. Cukier saszetka 1 szt. 4.00g [składniki: biały cukier]	<ol style="list-style-type: none">1. Jogurt naturalny 2% tłuszczu 1 szt. 150.00g [składniki: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych]2. Herbatniki Be Be pakowane jednoporcjowo 16 g 64.00g [składniki: mąka pszenna, cukier, oleje roślinne: rzepakowy, kokosowy, tłuszcz palmowy, syrop cukru inwertowanego, serwatka w proszku (z mleka), emulgator lecytyny (z soi), sól, substancje spulchniające, aromat.]	<ol style="list-style-type: none">1. Chleb pszenno-żytni 50.00g [składniki: Skład: mąka pszenna chlebowa, mąka żytnia razowa, zakwas żytni, woda, sól.]2. Weka pszenna 50.00g [składniki: mąka pszenna (60,6%), woda, drożdże, margaryna, sól, mąka żytnia, cukier]3. Masło ekstra 82% tłuszczu jednoporcjowe 20.00g [składniki: śmietanka pasteryzowana, Zawartość tłuszczu 82%]4. Kiełbasa typu krakowska sucha 50.00g [składniki: mięso wieprzowe, przyprawy naturalne w tym gorczyca, skrobia ziemniaczana, cukier, substancja konserwująca - sól peklująca.]5. Serek topiony śmietankowy w trójkącikach 17.50g [składniki: odtłuszczone mleko, ser, masło, odtłuszczone mleko w proszku, sole emulgujące: E450, E452, E331, białka mleka, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy]6. Ogórek kwaszony 80.00g [składniki: ogórki, woda, koper, chrzan, czosnek, sól, liść laurowy, cukier]7. Sałata 10.00g8. Herbata czarna 250.00g [składniki: mieszanka herbat czarnych]9. Cytryna 5.00g10. Cukier saszetka 1 szt. 4.00g [składniki: biały cukier]





Ad 2. Wartość odżywcza całodziennego menu dla diety podstawowej z dnia 17.02.2026 r., wyliczona za pomocą programu dietetycznego.

Wartość odżywcza na dzień: 1 (Wtorek), 2026-02-17

Parametr	Poziom strat	Norma na składnik	I śniadanie	Zawartość w porcji			Zawartość razem	% realizacji normy
				Obiad	Podwieczorek	Kolacja		
Wartość energetyczna [kcal]	10%	2218	697.7	693	328.3	571.8	2291	103
Wartość energetyczna [kJ]	10%	9280	2921.4	2921.4	1384.1	2391.5	9618.5	103
Białko [g]	10%	94	26.8	36.1	9.6	22.1	94.7	101
Tłuszcz [g]	10%	74	32.6	12.5	9	30.4	84.7	114
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	10%	Maks: 25	18.5	4.1	4.4	15.3	42.4	170
Kwasy tłuszczowe jednonienasycone [g]	10%	6.386	2.9	4.1	0.8	5.8	13.8	-
Kwasy tłuszczowe wielonienasycone [g]	10%	1.74	1.4	2.3	0	1.1	5.1	-
Cholesterol [mg]	10%	Maks: 300	215	23	10.8	75.6	324.4	109
Węglowodany ogółem [g]	10%	277.5	77.32	117.26	52.14	53.21	299.95	108
Cukry [g]	10%	Maks: 55.5	20.43	25.59	19.49	5.81	71.34	128
Błonnik pokarmowy [g]	10%	33	6.43	16.87	0	1.79	25.09	75
% energii z białka	10%	17	-	-	-	-	-	15.86
% energii z tłuszczu	10%	30	-	-	-	-	-	32.79
% energii z węglowodanów	10%	53	-	-	-	-	-	51.35
Sód [mg]	10%	2000	752.13	1047.06	273.97	1700.32	3773.5	189
Potas [mg]	10%	4700	578.63	2240.5	270	347.98	3437.11	73
Wapń [mg]	10%	915.15	60.37	195.8	229.5	32.04	517.71	57
Fosfor [mg]	10%	580	218.35	365.14	164.7	191.07	939.27	162
Magnez [mg]	10%	305.27	44.72	131.69	22.95	60.88	260.25	86
Żelazo [mg]	10%	6.33	3	4.68	0.13	1.9	9.73	153
Witamina A [µg]	25%	565.39	26.28	135.41	1.12	5.25	168.06	30
Witamina D [µg]	10%	10	11.68	0.1	0.04	11.16	23	230
witamina E [mg]	30%	9.01	1.96	3.11	0.03	0.48	5.59	62
Witamina B1/Tiamina [mg]	20%	1	0.21	0.42	0.05	0.41	1.1	110
Witamina B2/Ryboflawina [mg]	15%	1	0.36	0.44	0.27	0.19	1.28	128
Witamina B3/Niacyna/Witamina PP [mg]	15%	11.5	2.32	5.05	0.17	4.36	11.91	104
Witamina C [mg]	55%	67.55	15.76	81.24	0.67	3.14	100.84	149
Ilość wody wypijanej [ml]	10%	2251.52	0	0	0	0	0	0
Sól [g]	10%	5	2.08	2.9	0.76	4.72	9.43	209





Ad 3. Otrzymany wynik badania laboratoryjnego wysłanej próbki żywności z dnia 17.02.2026r.

Zgodnie z załącznikiem (odrębny plik)

Ad 4. Zestawienie wyników laboratoryjnych badania żywności z dnia 17.02.2026 r. z wartością odżywczą jadłospisu wyliczoną za pomocą programu dietetycznego.

NAZWA PARAMETRU	ZAWARTOŚĆ SKŁADNIKA WYLICZONA W PROGRAMIE DIETETYCZNYM	WYNIK BADANIA LABORATORYJNEGO	RÓŻNICA POMIĘDZY WYNIKIEM BADANIA LABORATORYJNEGO A WYLICZENIAMI W PROGRAMIE DIETETYCZNYM KALKULATOR
Wartość energetyczna [kcal]	2291,0	2232,0	- 59,1
Wartość energetyczna [Kj]	9618,5	9337,8	- 280,8
Białko [g]	94,7	96,6	+ 1,9
Tłuszcz [g]	84,7	70,6	- 14,1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	42,4	35,3	- 7,1
Kwasy tłuszczowe jednonienasycone [g]	13,8	22,5	+ 8,7
Kwasy tłuszczowe wielonienasycone [g]	5,1	8,9	+ 3,8
Węglowodany ogółem [g]	300,0	317,9	+ 18,0
Cukry [g]	71,3	90,0	+ 18,6
Błonnik pokarmowy [g]	25,1	34,2	- 9,1
Węglowodany przyswajalne [g]	274,9	283,1	+ 8,2
Sód [g]	3,8	7,2	+ 3,4
Sól [g]	9,4	18,0	+ 8,6





Centrum Pulmonologii i Torakochirurgii w Bystrej

43-360 Bystra, ul. J. Fałata 2

NIP 937 00 10 797 REGON 000640923

TELEFON +48 33 4991 801

EMAIL sekretariat@szpitalbystra.pl

www.szpitalbystra.pl

Ad. 5 Wnioski.

Różnice oraz podobieństwa pomiędzy wynikiem badania laboratoryjnego a sporządzonym jadłospisem za pomocą programu dietetycznego, dotyczyły:

- ✓ Mniejszej kaloryczności całodziennego menu o około 2,5 % (60 kcal), względem zaplanowanego jadłospisu. Jednakże jest to wartość akceptowalna, która istotnie nie naraża pacjentów na ryzyko wystąpienia deficytu kalorycznego,
- ✓ Zadeklarowana ilość białka w diecie jest niemalże tożsama z wynikiem laboratoryjnym,
- ✓ Badanie laboratoryjne wykazało, że menu zawierało mniejszą ilość tłuszczu oraz nasyconych kwasów tłuszczowych. Różnica ta może wynikać z dodatku mniejszej ilości tłuszczu w procesie technologicznym,
- ✓ Sporządzone posiłki zawierają więcej węglowodanów, cukrów oraz soli, co jest prawdopodobnie następstwem stosowania zbyt dużej ilości cukru oraz soli podczas przygotowywania potraw.

Z poważaniem

Dietetyk Dominika Bijok-Stryj