

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-13 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta z ogr.latwo przysw. węglow	Składniki		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g Sos jasny 50 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g Masło extra 82% 15 g Salata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml Kefir 150 ml Pomidor 130 g Parówki 1 szt	pieczywo żytnie 30 g twaróg (ser biały) 60 g	
		Waga porcji [g]: 716		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 430	Waga porcji [g]: 130	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 756,5 Białko ogółem [g] 23,3 Tłuszcz [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 90,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 suma cukrów prostych [g] 31,2 Sól [g] 2 WW [Por] 9		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 935,9 Białko ogółem [g] 51,1 Tłuszcz [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 153,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 38 Sól [g] 1,2 WW [Por] 15,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 611,5 Białko ogółem [g] 29,9 Tłuszcz [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 73,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 3 WW [Por] 7,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 120,9 Białko ogółem [g] 9,3 Tłuszcz [g] 2,4 Węglowodany ogółem [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,8 Sól [g] 0,4 WW [Por] 1,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 424,8 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 suma cukrów prostych [g] 77 Sól [g] 6,6 WW [Por] 33,4
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata cukrzycowa	Składniki	Serek naturalny 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami rozdrobniona 350 ml Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g Sos jasny 50 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wroclawska 100 g Masło extra 82% 15 g Salata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g Twarożek 100 g Dżem 25 g Pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 130 g	
	Waga porcji [g]: 900	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 465	Waga porcji [g]: 150		

Jadłospisy w dniu 2025-02-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-13 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta papkowata cukrzykowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 812,1 Białko ogółem [g] 26,4 Tłuszcz [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 107,6 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 31,7 Sól [g] 1,5 WW [Por] 10,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 1,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 829 Białko ogółem [g] 49,5 Tłuszcz [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 118,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 21,6 Sól [g] 1,1 WW [Por] 11,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 802,7 Białko ogółem [g] 35,8 Tłuszcz [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 106,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 20,2 Sól [g] 1,2 WW [Por] 10,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 34,7 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 1,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 Sól [g] 0,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 577,5 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 343,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 3,9 WW [Por] 34,4
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml	Serek naturalny 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml Kompot owocowy 250 ml	Zupa warzywna z ziemniakami wzmocniona 500 ml herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 130 g	
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150	
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana cukrzykowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 1,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 677,3 Białko ogółem [g] 29 Tłuszcz [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 76,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 14,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 591,9 Białko ogółem [g] 24,5 Tłuszcz [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 suma cukrów prostych [g] 20 Sól [g] 0,5 WW [Por] 6,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 34,7 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 1,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 6,7 Sól [g] 0,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 063,7 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 216,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,1 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 2,2 WW [Por] 21,8