

Jadłospisy w dniu 2025-02-20 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-20 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa szczawiowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż brązowy 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 020,2 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 236,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Sól [g] 3,2
	Sz.Czerniakowski dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor bs 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 208 Białko ogółem [g] 135,9 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 247,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Sól [g] 3,1
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 759,4 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 249,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Sól [g] 4,4
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor bs 130 g Ser żółty 60 g (BIA)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 472,2 Białko ogółem [g] 149,8 Tłuszcz [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Sól [g] 3,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-20 czwartek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150 g pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) kakao na wodzie 250 ml Pomidor bs 130 g		Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa czysta 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA)	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 160,7 Białko ogółem [g] 125,3 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sól [g] 3,4
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki kukurydziane na wodzie 250 g pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) kakao na wodzie 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz warzywny 150 g (GLU) Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa czysta 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 990,3 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 378,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Sól [g] 4,4
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 571,9 Białko ogółem [g] 148,3 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 4
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		Zupa brokułowa 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 639,2 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 179,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 2,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-20 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Ser żółty 60 g (BIA) Pomidor 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g Fasolka szparagowa 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 373,4 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Błonnik pokarmowy [g] 62,7 Sól [g] 4
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt napój owsiany 250 ml Jogurt naturalny 150 g Pomidor 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż brązowy 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 354,8 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 190,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Sól [g] 1,7
	Sz.Czerniakowski dieta bezsołna	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,5 Białko ogółem [g] 144,6 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Sól [g] 3,6
	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielozrnywna 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa czysta 300 ml (SEL) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa 120 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielozrnywna 60 g Pomidor bs 130 g	Galaretkę wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 558 Białko ogółem [g] 42,3 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 238,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 2,7

2025-02-20, czwartek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czerniakowski dieta wziodowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (BIA)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,4 Białko ogółem [g] 151 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 4
Sz.Czerniakowski dieta wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta czosnkowa z cieciorką 60 g Pomidor 130 g	sok z buraków 200 ml	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Fasolka szparagowa 150 g Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 364,5 Błonnik pokarmowy [g] 61,6 Sól [g] 3,5
Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż brązowy 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,7 Białko ogółem [g] 140,4 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 295,6 Błonnik pokarmowy [g] 61,6 Sól [g] 4,1
Sz.Czerniakowski dieta ubogoenegetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml Jogurt naturalny 150 g Pomidor bs 130 g pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (BIA)		Zupa brokułowa czysta 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 120 g Ryż gotowany 150 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g Pomidor bs 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 440,1 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 207,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 1,4

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-20 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna		Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 334 Białko ogółem [g] 132,3 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 329,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sól [g] 4,4
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 150 g Ryż gotowany 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 755,1 Białko ogółem [g] 161,5 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 4,2
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna		Zupa brokułowa 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretkę wiśniową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 565,3 Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 186,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 2,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-20 czwartek	Sz.Czerniakowski dieta przeciętana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa brokułowa 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretką wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 822,4 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 185,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 2,5