

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Sz.Czerniakowski dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 110 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka rybny 150 g Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 591,7 Białko ogółem [g] 172,9 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Błonnik pokarmowy [g] 57,4 Sól [g] 9,5
	Sz.Czerniakowski dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 110 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka rybny 150 g Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,7 Białko ogółem [g] 157,5 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 245,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 8,7
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Kielbasa podwawelska 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka rybny 150 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,6 Białko ogółem [g] 140,2 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 261,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,9 Sól [g] 9,1
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 110 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka rybny 150 g Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,8 Białko ogółem [g] 150,8 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 263,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 8,4

Jadłospisy w dniu 2025-03-03 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pieczeń wege 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Papryka z rybny 150 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 259,9 Białko ogółem [g] 129,3 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 350,3 Błonnik pokarmowy [g] 45 Sól [g] 6,9
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pieczeń wege 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 870,1 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 4,7
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 442,5 Białko ogółem [g] 141,7 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 7
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 652 Białko ogółem [g] 63,7 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 216,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 1,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	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 Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pieczeń wege 110 g (SEL) 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 Papryka rybny 150 g Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 997 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 263,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 6,2
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt napój owsiany 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kielbasa podwawelska 110 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielożywna 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 Papryka rybny 150 g Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 589,6 Białko ogółem [g] 149,2 Tłuszcz [g] 120,1 Węglowodany ogółem [g] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,4 Sól [g] 7,5
	Sz.Czerniakowski dieta bezsoła	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kielbasa podwawelska 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka rybny 150 g Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 620 Białko ogółem [g] 157,5 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 9,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Sz. Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Pieczeń wiege 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 677,7 Białko ogółem [g] 44,4 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Sól [g] 2,7
	Sz. Czerniakowski dieta wiedzowa	Bułka wrocławska 30 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 363,5 Białko ogółem [g] 154,9 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sól [g] 6,7
	Sz. Czerniakowski dieta wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pieczeń wiege 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 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	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 099,2 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 377,7 Błonnik pokarmowy [g] 76,1 Sól [g] 4,4
	Sz. Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 110 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 784,7 Białko ogółem [g] 176,2 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 358,3 Błonnik pokarmowy [g] 70,2 Sól [g] 10,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Sz.Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Płatki jaglane na wodzie 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Pieczeń wege 110 g (SEL) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 60 g Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 540,9 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 239 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 3,2
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta wielozrnywna 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 167 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Sól [g] 7,3
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 461,5 Białko ogółem [g] 142,6 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 675,2 Białko ogółem [g] 54,4 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 256,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 2,2
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 1,6