

Jadłospisy w dniu 2025-03-12 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	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 Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Papryka 130 g Parówki 2 szt		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kotlet schabowy 110 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 733 Białko ogółem [g] 131,3 Tłuszcz [g] 112,2 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Błonnik pokarmowy [g] 53 Sól [g] 5,9
	Sz.Czerniakowski dieta łatwastrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Bitka schabowa 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 500,3 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 4,7
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Bitka schabowa 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Sok pomidorowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 968,2 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 249,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 4,1
	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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Bitka schabowa 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 629,1 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 365,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Sól [g] 3,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 100 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) szynka wiejska 60 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 430,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Sól [g] 6,2
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) szynka wiejska 40 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 376,4 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 430,4 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Sól [g] 5,5
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) 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 jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 3 019,6 Białko ogółem [g] 139,6 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 429,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Sól [g] 4,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	Sz.Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		Zupa kasza manna na wywazie warzywnym z ziem. wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 902,8 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 209,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 2,1
	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywazie warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 546,3 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 380,1 Błonnik pokarmowy [g] 69,8 Sól [g] 4,7
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Bitka schabowa 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 300,1 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 125,1 Węglowodany ogółem [g] 212,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Sól [g] 2,4
	Sz.Czerniakowski dieta bezsoła	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywazie warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Bitka schabowa 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 3 010,1 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 431,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Sól [g] 4,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa kartoflanka 300 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 100 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 120 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 701,9 Białko ogółem [g] 41,9 Tłuszcz [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 296,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Sól [g] 3,1
	Sz.Czerniakowski dieta wzdrowcza	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) 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	Bitka schabowa 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 835,3 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 412,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 5,9
	Sz.Czerniakowski dieta wegańska	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 60 g Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) Ćwikła z chrzanem 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Mandarynka 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 151,5 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 383,1 Błonnik pokarmowy [g] 67,8 Sól [g] 3,8
	Sz.Czerniakowski dieta bogatofoszkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Papryka 130 g Twaróg z koperkiem 110 g (BIA)		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Bitka schabowa 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 690,3 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 372,1 Błonnik pokarmowy [g] 63,7 Sól [g] 5,3

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	Sz Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna		Zupa kartoflanka 300 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki 150 g (GLU) 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 szynka wiejska 40 g Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 535,1 Białko ogółem [g] 61,1 Tłuszcz [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 283,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 Sól [g] 3,8
	Sz Czerniakowski dieta papkowa bezmleczna		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Sok pomidorowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 436,2 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 4,8
	Sz Czerniakowski dieta papkowa bogatobiałkowa	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) 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 jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 3 038,6 Białko ogółem [g] 140,5 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 433,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 Sól [g] 4,9

Jadłospisy w dniu 2025-03-12 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-12 środa	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (JAJ)		Zupa kasza manna na wywazie warzywnym z ziem. wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 679 Białko ogółem [g] 67,9 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 203,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 1,7
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywazie warzywnym z ziem. 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 921,8 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 213,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 2,1