

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-04-20 niedziela	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Pomarańcza 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) szynka wiejska 40 g (MIE) kielbasa biała gotowana 50 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Żurek z jajkiem 350 ml Szynka duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g sałatka wiosenna z rzodkiewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto drożdżowe 100 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g żurawina 30 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g	
			Waga porcji [g]: 812	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 170	Waga porcji [g]: 420	Waga porcji [g]: 200	
		Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 016,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 50,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 44,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 125 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,2 <b>Sól</b> [g] 3,4 <b>WW</b> [Por] 12,6	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 145,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 16,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 7,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 1,1 <b>Sól</b> [g] 0,3	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 743,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 54,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 18,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 97,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 14,8 <b>Sól</b> [g] 0,7 <b>WW</b> [Por] 9,6	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 617,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 37 <b>Tłuszcz</b> [g] 27,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 61,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 11,5 <b>Sól</b> [g] 1,4 <b>WW</b> [Por] 6,2	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 137,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 7,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 0,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 27,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 7,3 <b>Sól</b> [g] 0,3 <b>WW</b> [Por] 2,7	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 661,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 166 <b>Tłuszcz</b> [g] 98,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 314,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 67,8 <b>Sól</b> [g] 6,9 <b>WW</b> [Por] 31,4
Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 110 g (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto domowe 60 g (GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Sałatka z pieczoną dynią 130 g żurawina 30 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 50 g (MIE) bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)		
		Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 190	Waga porcji [g]: 515	Waga porcji [g]: 90		
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 265,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 53,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 170,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30 <b>Sól</b> [g] 2,5 <b>WW</b> [Por] 17,3	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 145,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 16,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 7,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 1,1 <b>Sól</b> [g] 0,3	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 810,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 49,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 13,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 133,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,1 <b>Sól</b> [g] 0,6 <b>WW</b> [Por] 13,3	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 701,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 34,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 28,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 83,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 4,2 <b>Sól</b> [g] 1,2 <b>WW</b> [Por] 8,6	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 140,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 11,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 17,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 0,5 <b>Sól</b> [g] 1,8 <b>WW</b> [Por] 1,8	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 3 063,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 165 <b>Tłuszcz</b> [g] 102,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 407,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 58,8 <b>Sól</b> [g] 7,2 <b>WW</b> [Por] 41,3	
Sz.Czem. pizocerana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml		
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200		

## Jadłospisy w dniu 2025-04-20 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-20 niedziela	Szczem. pizederana cukrzycowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji
		Wartość energetyczna[kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4	Wartość energetyczna[kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Sól [g] 0,4 WW [Por] 7	Wartość energetyczna[kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Sól [g] WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna[kcal] 1 824,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 207 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Sól [g] 3,1 WW [Por] 21