

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-04-23 środa	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 100 ml (BIA) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Ogórek 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SEL) bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 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)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	
		Waga porcji [g]: 615	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 421	Waga porcji [g]: 130		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 820,2 Białko ogółem [g] 38,2 Tłuszcz [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 102,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Sól [g] 1,7 WW [Por] 10,4	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] 0,4 WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna [kcal] 675 Białko ogółem [g] 50,7 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 103 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 0,5 WW [Por] 10,3	Wartość energetyczna [kcal] 776,3 Białko ogółem [g] 28,3 Tłuszcz [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 108,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 2,3 WW [Por] 11	Wartość energetyczna [kcal] 120,9 Białko ogółem [g] 9,3 Tłuszcz [g] 2,4 Węglowodany ogółem [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,4 WW [Por] 1,7	Wartość energetyczna [kcal] 2 411,4 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Błonnik pokarmowy [g] 64,6 Sól [g] 4,9 WW [Por] 33,8	
	Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 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)	
		Waga porcji [g]: 756	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 361	Waga porcji [g]: 130		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 1 208,2 Białko ogółem [g] 41,6 Tłuszcz [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 184,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 Sól [g] 1,6 WW [Por] 18,5	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] 0,4 WW [Por] 0,4	Wartość energetyczna [kcal] 633,9 Białko ogółem [g] 45,3 Tłuszcz [g] 8,1 Węglowodany ogółem [g] 103 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 0,5 WW [Por] 10,3	Wartość energetyczna [kcal] 841,7 Białko ogółem [g] 30,3 Tłuszcz [g] 34,7 Węglowodany ogółem [g] 113,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 2,2 WW [Por] 11,6	Wartość energetyczna [kcal] 167,4 Białko ogółem [g] 13,6 Tłuszcz [g] 4,1 Węglowodany ogółem [g] 19,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Sól [g] 0,4 WW [Por] 2	Wartość energetyczna [kcal] 2 870,2 Białko ogółem [g] 131,7 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 424 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Sól [g] 4,7 WW [Por] 42,8	
Sz.Czem. przecierana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	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	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)		
	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200			

Jadłospisy w dniu 2025-04-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-23 środa	Szczem. pizederana cukrzykowa	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]	Wartość energetyczna[kcal]
		[kcal] 660,8	[kcal] 19	[kcal] 472,9	[kcal] 526	[kcal] 119,9	[kcal] 1 798,6
	Wartość odżywcza w porcji	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]	Białko ogółem [g]
		31,4	0,9	17,4	19	5,6	74,3
		Tłuszcz [g] 31,6	Tłuszcz [g] 0,2	Tłuszcz [g] 17,1	Tłuszcz [g] 24,2	Tłuszcz [g] 3,2	Tłuszcz [g] 76,3
		Węglowodany ogółem [g] 63,4	Węglowodany ogółem [g] 4,1	Węglowodany ogółem [g] 68,9	Węglowodany ogółem [g] 67,6	Węglowodany ogółem [g] 17,8	Węglowodany ogółem [g] 221,8
		Błonnik pokarmowy [g] 1	Błonnik pokarmowy [g] 1,2	Błonnik pokarmowy [g] 14,1	Błonnik pokarmowy [g] 19,2	Błonnik pokarmowy [g] 1	Błonnik pokarmowy [g] 36,5
		Sól [g] 0,9	Sól [g]	Sól [g] 0,4	Sól [g] 0,7	Sól [g] 0,2	Sól [g] 2,2
		WW [Por] 6,4	WW [Por] 0,4	WW [Por] 7	WW [Por] 6,9	WW [Por] 1,8	WW [Por] 22,5