

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-03-20 czwartek	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	bulka żytnia 100 g (GLU, ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szytnka galicyjska 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	
			Waga porcji [g]: 845	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 817,8 Białko ogółem [g] 45,6 Tłuszcz [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 89,8 Błonnik pokarmowy [g] 13,9 Sól [g] 1,7 WW [Por] 9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 967,2 Białko ogółem [g] 67,6 Tłuszcz [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 106,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 10,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 674,3 Białko ogółem [g] 42,6 Tłuszcz [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 73,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,1 Sól [g] 1,4 WW [Por] 7,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 208,1 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 817,3 Białko ogółem [g] 177,1 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Sól [g] 4,7 WW [Por] 30,7
Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	bulka wroclawska 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) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g kalefior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wroclawska 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) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml		
		Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 435	Waga porcji [g]: 200		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 994,7 Białko ogółem [g] 44,7 Tłuszcz [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 135,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Sól [g] 1,4 WW [Por] 13,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 006,3 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 134,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 1,1 WW [Por] 13,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 705,3 Białko ogółem [g] 37,7 Tłuszcz [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 79,5 Błonnik pokarmowy [g] 9,6 Sól [g] 1,2 WW [Por] 8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Sól [g] WW [Por] 1,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 908,8 Białko ogółem [g] 160,9 Tłuszcz [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 384,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,4 Sól [g] 3,9 WW [Por] 38,5	
Sz.Czem. pizeterana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	zupa pejzanka z ziemniakami zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml		
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200		

Jadłospisy w dniu 2025-03-20 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-20 czwartek	Szczem. . pizederana cukrzykowa	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] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3	Wartość energetyczna[kcal] 448,5 Białko ogółem [g] 28,3 Tłuszcz [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 53,7 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Sól [g] 0,5 WW [Por] 5,4	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] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Sól [g] WW [Por] 1,3	Wartość energetyczna[kcal] 1 837,8 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 220 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2,3 WW [Por] 22,3