

|                  |                         |  |                       | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny                                       | SUMA                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|-------------------------|--|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-30 środa | Sz.Czem. podstawowa     |  |                       | Pieczywo pszenne 60 g (GLU)<br>pieczywo żytnie 40 g (ŻYT)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>Pomidor 130 g<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) |              | Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL)<br>Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos owocowy 100 g<br>Jabłka prażone 100 g                         | Pieczywo pszenne 60 g (GLU)<br>pieczywo żytnie 40 g (ŻYT)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA) | Pieczywo pszenne 30 g (GLU)<br>Ser żółty 30 g (BIA) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 648,6<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>136,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 111<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 288,6<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,5<br><b>Sól [g]</b> 9,2   |
|                  | Sz.Czem. latwostrawna   |  |                       | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>Pomidor bs 130 g<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)                           |              | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłka prażone 100 g<br>Sos owocowy 100 g | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)                              | Pieczywo pszenne 30 g (GLU)<br>Ser żółty 30 g (BIA) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 574,2<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>134,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 114,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 256,9<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,7<br><b>Sól [g]</b> 8,8 |
|                  | Sz.Czem. bezmleczna     |  |                       | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Margaryna roślinna 15 g<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Sok wielowarzywny 250 ml<br>Pasta warzywna 110 g<br>Pomidor 130 g                                                                             |              | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>Naleśniki z dżemem b/g 300 g (BIA, JAJ)<br>Sos owocowy 100 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłka prażone 100 g | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Margaryna roślinna 15 g<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>Warzywa gotowane 130 g                                             | Kisiel owocowy 200 ml                               | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 990,8<br><b>Białko ogółem [g]</b> 85<br><b>Tłuszcz [g]</b> 62<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 294<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,1<br><b>Sól [g]</b> 4,8            |
|                  | Sz.Czem. bogatobiałkowa |  | Sok pomidorowy 200 ml | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>Pomidor bs 130 g<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)                           |              | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłka prażone 100 g<br>Sos owocowy 100 g | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)                              | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo pszenne 30 g (GLU) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 593,2<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>135,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 114,7<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,9<br><b>Sól [g]</b> 8,8   |

Jadłospisy w dniu 2025-04-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

|                  |                      | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny               | SUMA                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-30 środa | Sz.Czem. wątrobowa   | Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Zacierki na mleku 250 g ( <b>BIA</b> )<br>Szyunka włoska 40 g ( <b>MIĘ</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pomidor bs 130 g                                                                                                  |              | Pulpety warzywne 120 g<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 150 g                                               | Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Warzywa gotowane 130 g<br>Pierś wędzona z indyka 40 g                                                             | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 092,6<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>92,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 46,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 347,9<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,2<br><b>Sól [g]</b> 3,8   |
|                  | Sz.Czem. trzustkowa  | Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Zacierki na mleku 250 g ( <b>BIA</b> )<br>Szyunka włoska 40 g ( <b>MIĘ</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pomidor bs 130 g                                                                                                  |              | Pulpety warzywne 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 150 g<br>Bukiet warzyw 150 g                                               | Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Warzywa gotowane 130 g<br>Pierś wędzona z indyka 40 g                                                             | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 930,2<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>78,9<br><b>Tłuszcz [g]</b> 37,7<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 340,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,6<br><b>Sól [g]</b> 3,7   |
|                  | Sz.Czem. papkowata   | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>jabłko pieczone rozdrobnione 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Zacierki na mleku 250 g ( <b>BIA</b> )<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, JAJ, GOR</b> )<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g |              | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>ziemniaki puree 180 g<br>bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata rozdrobniona 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, MIĘ</b> )<br>Warzywa gotowane 130 g | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 810,5<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>147,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 102,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,5<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,9<br><b>Sól [g]</b> 8,5 |
|                  | Sz.Czem. przecierana | zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml                                                                                                                            | Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml                                                                                                                                                           | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 798<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>83,9<br><b>Tłuszcz [g]</b> 74,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 210,3<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,6<br><b>Sól [g]</b> 2,1     |

|                  |                        | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. śniadanie          | Obiad                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny                                       | SUMA                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-30 środa | Sz.Czem. wegetariańska | Pieczywo pszenne 60 g (GLU)<br>pieczywo żytnie 40 g (ŻYT)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)<br>Pomidor 130 g | Sok pomidorowy 200 ml | Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL)<br>Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos owocowy 100 g<br>Jabłka prażone 100 g                         | Pieczywo pszenne 60 g (GLU)<br>pieczywo żytnie 40 g (ŻYT)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Wędlina w ege 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA) | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo pszenne 30 g (GLU) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 612,2<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>122,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 110,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,7<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41<br><b>Sól [g]</b> 10,4 |
|                  | Sz.Czem. bezglutenowa  | Pieczywo bezglutenow e 100 g<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Sok wiślowarzynny 250 ml<br>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (BIA)<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)<br>Pomidor bs 130 g                |                       | Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL)<br>twaróg chudy z jogurtem 200 g (BIA)<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłko 1 szt                            | Pieczywo bezglutenow e 100 g<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)                     | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo bezglutenow e 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 597,7<br><b>Białko ogółem [g]</b> 115<br><b>Tłuszcz [g]</b> 133,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 239,8<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,9<br><b>Sól [g]</b> 6,7     |
|                  | Sz.Czem. bezsoła       | Bułka wrocławska 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)<br>Pomidor 130 g                     |                       | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłka prażone 100 g<br>Sos owocowy 100 g | Bułka wrocławska 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)                     | Budyń 250 ml (BIA)                                  | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 987,6<br><b>Białko ogółem [g]</b> 143,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 120,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 340,5<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,3<br><b>Sól [g]</b> 9,5   |

Jadłospisy w dniu 2025-04-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-04-30 środa

|                        |                         | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. śniadanie          | Obiad                                                                                                                                                                                                        | Kolacja                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny                                                        | SUMA                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sz.Czem. niskobiałkowa |                         | Bulka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Sok wielowarzywny 250 ml<br>Pasta wielowarzywna 110 g<br>Pomidor bs 130 g                                                                     |                       | Zupa koperkowa b/m 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Kopytka 180 g ( <b>GLU</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłka prażone 100 g<br>Sos owocowy 100 g                                                               | Bulka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś z indyka gotowana 40 g<br>Warzywa gotowane 130 g                      | Kisiel owocowy 200 ml                                                | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 625,9<br><b>Białko ogółem [g]</b> 33<br><b>Tłuszcz [g]</b> 48,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,6<br><b>Sól [g]</b> 2,3     |
|                        | Sz.Czem. wrzodowa       | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Zacierki na mleku 250 g ( <b>BIA</b> )<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, JAJ, GOR</b> )<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Pomidor bs 130 g | Sok pomidorowy 200 ml | Pulpety wieprzowe gotowane 100 g ( <b>GLU, MIE</b> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 150 g | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>Warzywa gotowane 130 g                      | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> )                                          | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 810,5<br><b>Białko ogółem [g]</b> 142,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 101,5<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,5<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,1<br><b>Sól [g]</b> 8,4 |
|                        | Sz.Czem. wegańska       | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Margaryna roślinna 15 g<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Sok wielowarzywny 250 ml<br>Pasta warzywna 60 g<br>Pomidor 130 g                                                                                                 | Sok pomidorowy 200 ml | Kotlet warzywny z kaszą 120 g ( <b>GLU</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Jabłko 1 szt                | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Margaryna roślinna 15 g<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Paszтет z cukinii 110 g<br>Warzywa gotowane 130 g                                     | Kisiel owocowy 200 ml                                                | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 216,8<br><b>Białko ogółem [g]</b> 73,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 51,4<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 390,3<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,9<br><b>Sól [g]</b> 3,2   |
|                        | Sz.Czem. bogatobiałkowa | pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Zacierki na mleku 250 g ( <b>BIA</b> )<br>Pomidor 130 g<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, JAJ, GOR</b> )     |                       | Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g ( <b>SEL</b> )<br>Naleśniki z serem 300 g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )<br>Sos owocowy 100 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Jabłko 1 szt                                           | pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>sałatka z buraka i fety 130 g ( <b>BIA</b> ) | pieczywo żytnie 30 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Ser żółty 30 g ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 886,5<br><b>Białko ogółem [g]</b> 139,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 113,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 346,6<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 49,2<br><b>Sól [g]</b> 9,9 |

2025-04-30 środa

|                             |                                   | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2. śniadanie          | Obiad                                                                                                                                                                                                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny         | SUMA                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sz.Czem. ubogopenergetyczna |                                   | Pieczywo pszenne 70 g (GLU)<br>Masło extra 82% 5 g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>Szynka włoska 60 g (MIĘ)<br>Pomidor bs 130 g                                                                                                    |                       | Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL)<br>Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Ziemniaki gotowane 150 g<br>Bukiet jarzyn 150 g                                                 | Pieczywo pszenne 70 g (GLU)<br>Masło extra 82% 5 g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 40 g<br>Warzywa gotowane 130 g                                                     | Budyń 250 ml (BIA)    | Wartość energetyczna[kcal] 1 538,9<br>Białko ogółem [g] 92,4<br>Tłuszcz [g] 40,1<br>Węglowodany ogółem [g] 220<br>Błonnik pokarmowy [g] 35<br>Sól [g] 2,6      |
|                             | Sz.Czem. papkowata b/m            | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU)<br>Margaryna 15 g<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>jabłko pieczone rozdrobnione 130 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Herbata 250 ml<br>Pasta warzywna 60 g<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g                                                                     |                       | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ)<br>ziemniaki puree 180 g<br>bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU)<br>Margaryna 15 g<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pierś wędzona z indyka 60 g<br>Warzywa gotowane 130 g                                     | Kisiel owocowy 200 ml | Wartość energetyczna[kcal] 2 188,6<br>Białko ogółem [g] 107,1<br>Tłuszcz [g] 65,1<br>Węglowodany ogółem [g] 317,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,1<br>Sól [g] 3,9 |
|                             | Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15 g (BIA)<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>jabłko pieczone rozdrobnione 130 g<br>Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA)<br>Zacierki na mleku 250 g (BIA)<br>pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g | Sok pomidorowy 200 ml | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL)<br>pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ)<br>ziemniaki puree 180 g<br>bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15 g (BIA)<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ)<br>Warzywa gotowane 130 g | Budyń 250 ml (BIA)    | Wartość energetyczna[kcal] 2 827,9<br>Białko ogółem [g] 148,6<br>Tłuszcz [g] 102,7<br>Węglowodany ogółem [g] 347,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 41<br>Sól [g] 8,5  |
|                             | Sz.Czem. przederana b/m           | zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)                                                                                                                                                                                                                                               |                       | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL)<br>Kompot owocowy 250 ml                                                                                                                   | Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL)<br>herbata z cytryną b/c 250 ml                                                                                                                                              | Kisiel owocowy 200 ml | Wartość energetyczna[kcal] 1 639,2<br>Białko ogółem [g] 67<br>Tłuszcz [g] 63,7<br>Węglowodany ogółem [g] 208,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sól [g] 1,7    |

Jadłospisy w dniu 2025-04-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

|                  |                                    |  | Śniadanie                                               | 2. śniadanie          | Obiad                                                                                             | Kolacja                                                                    | Posiłek nocny               | SUMA                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|------------------------------------|--|---------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-04-30 środa | Szczem. przecierana bogatobiałkowa |  | zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ) | Sok pomidorowy 200 ml | Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml | Zupa jarzy nowa 500 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml | Budyń 250 ml ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 817<br><b>Białko ogółem [g]</b> 84,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 74,8<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 214,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,8<br><b>Sól [g]</b> 2,1 |