

2025-04-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. 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 kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Paszтет drobiow y 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) 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 szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,8 Białko ogółem [g] 148,3 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 235,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 5,5
		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiow y 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) 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 szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,4 Białko ogółem [g] 153 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 213,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 5
		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzyw ny 250 ml Paszтет drobiow y 130 g Pomidor bs 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) 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 szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 882,5 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 185,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sól [g] 4,4
		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 kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiow y 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) 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 szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 635,7 Białko ogółem [g] 167,6 Tłuszcz [g] 117,9 Węglowodany ogółem [g] 239,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 5,4

2025-04-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wątrobowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 900,5 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Sól [g] 6,4
Sz.Czem. tłuszczowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879,5 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Sól [g] 5,8
Sz.Czem. papkowata		Bulka 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 kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIE) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,9 Białko ogółem [g] 155,7 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 5,6
Sz.Czem. przecierana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 678 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 191,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 2,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-21 poniedziałek	Sz.Czem. wegetariańska	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 kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Wędlina wege 60 g Ogórki kiszone 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU)	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 Serek topiony 60 g (BIA) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 558,1 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 116,2 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 5,9
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiow y 130 g Ogórki kiszone 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Kotlet mielony b/glutenu 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 128,2 Węglowodany ogółem [g] 178,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 3,3
	Sz.Czem. bezsoła	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiow y 130 g Pomidor bs 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,9 Białko ogółem [g] 155,7 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 5,6

2025-04-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. 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 z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU , SEL) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 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 wielowarzywna 60 g Ziemniaki szynka wiejska 40 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 546,8 Białko ogółem [g] 41,9 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 239,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 3,4
Sz.Czem. wrzodowa		Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 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 (MIĘ) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Ser żółty 30 g (BIA) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 534 Białko ogółem [g] 135 Tłuszcz [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sól [g] 6,9
Sz.Czem. 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 Pasta z zielonego groszku 110 g Ogórki kiszane 130 g	Mus owocowy 150 g	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 216,5 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 389 Błonnik pokarmowy [g] 66,4 Sól [g] 3,4
Sz.Czem. bogatobiałkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszane 130 g Paszteciki drobiowe 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU , MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła,jajka i pomidora 130 g (JAJ)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 528,6 Białko ogółem [g] 151,6 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 6,2

Jadłospisy w dniu 2025-04-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-04-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz. Czem. ubogoenergetyczna		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Filet kruchy 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) Gulasz warzywny 150 g (GLU) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 438 Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 245,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 5,2
Sz. Czem. papkowata b/m		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Rosół z makaronem 350 ml (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 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 szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 223 Białko ogółem [g] 142,1 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 247,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 5,2
Sz. Czem. papkowata bogatobiałkowa		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 kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	Rosół z makaronem 350 ml (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 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 szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 130 g (JAJ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 851,2 Białko ogółem [g] 169,6 Tłuszcz [g] 119,7 Węglowodany ogółem [g] 286,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 6
Sz. Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 604,1 Białko ogółem [g] 64,3 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 199,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 2,1

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-21 poniedziałek	Szczegółowa bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,3 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 197,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 2,7