

2025-04-28 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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 559,4 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 342,4 Błonnik pokarmowy [g] 54,3 Sól [g] 7,9
			Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Kompot 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 465 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 45 Sól [g] 6,5
			Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzynowy 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor bs 130 g		zupa z cukinii z zacierką b/ml 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 801,2 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 264,2 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g	Jabłko 1 szt	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 634,5 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 338,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Sól [g] 6,3

2025-04-28 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wątrobowa		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa z cukini z zacierką b/ml 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Schab pieczony w ziołach 60 g (MIE)	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,2 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 337,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Sól [g] 5,1
		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa z cukini z zacierką b/ml 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Schab pieczony w ziołach 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 918,7 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 315,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Sól [g] 3,5
		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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		zupa z cukini z zacierką przecieraną 350 ml (BIA, SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 110 g (MIE) 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 rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIE) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 840,1 Białko ogółem [g] 131,6 Tłuszcz [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Sól [g] 11,1
		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa z cukini z zacierką przecieraną wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 783,3 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 185,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 2,4

Jadłospisy w dniu 2025-04-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-04-28 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Wędlina w ege 60 g Pomidor 130 g	Jabłko 1 szt	Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Pulpety sojowe 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g	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) Papryka 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,3 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 411,6 Błonnik pokarmowy [g] 59,9 Sól [g] 6,6
Sz.Czem. bezglutenowa		Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok widowarzynowy 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy b/g 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Papryka 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 557,6 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 133,2 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Błonnik pokarmowy [g] 53 Sól [g] 6,2
Sz.Czem. bezsołna		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g		Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 877,3 Białko ogółem [g] 127,1 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 372 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Sól [g] 7,2
Sz.Czem. niskobiałkowa		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok widowarzynowy 250 ml Pasta z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU) Ryż gotowany 150 g zupa jarzynowa dietetyczna 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 751,3 Białko ogółem [g] 42,8 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Sól [g] 2,7

2025-04-28 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wrzodowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Jabłko 1 szt	Gulasz drobiowy 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Schab pieczony w ziołach 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 807,3 Białko ogółem [g] 140,3 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 390 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Sól [g] 5,7
		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 ciecierzycy z kalaflorem 60 g Pomidor 130 g	Jabłko 1 szt	Pulpety sojowe 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml zupa z cukinii z zacierką b/ml 350 ml (SEL) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Ryż gotowany 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztet z cukinii 60 g Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 795,5 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 510,2 Błonnik pokarmowy [g] 83,7 Sól [g] 3,7
		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 675,6 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 355,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,7 Sól [g] 7,6
		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		zupa jarzynowa dietetyczna 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIĘ) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Schab pieczony w ziołach 40 g (MIĘ) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 514,6 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 221,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 4,5

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-28 poniedziałek	Sz.Czem. papkowata b/m			Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa z kukini z zacierką przecieraną b/ml 350 ml (SEL) gulasz drobiowy 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 rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187,3 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 305,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Sól [g] 5,8
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa			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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	jabłko pieczone rozdrobnione 150 g	zupa z kukini z zacierką przecieraną 350 ml (BIA, SEL) gulasz drobiowy 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 rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 952,6 Białko ogółem [g] 132,5 Tłuszcz [g] 111,9 Węglowodany ogółem [g] 374,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Sól [g] 11,1
	Sz.Czem. przedierana b/m			zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa z kukini z zacierką przecieraną wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 709,4 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 193,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Sól [g] 2,2
	Sz.Czem. przedierana bogatobiałkowa			zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Mus jabłkowy 150 g	zupa z kukini z zacierką przecieraną wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,3 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 258,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,8 Sól [g] 2,4