

2025-04-29 wtorek

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. podstawowa			bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g Kielbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Bigos domowy 350 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 406,8 Białko ogółem [g] 145,9 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 272,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Sól [g] 10,6
			Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Kielbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,5 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 330,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sól [g] 5,8
			Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Kielbasa kanapkowa 60 g Pomidor 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa szynkowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Galeетка wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 900,4 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 266,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Sól [g] 6
			Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Kielbasa kanapkowa 60 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 548,5 Białko ogółem [g] 151,3 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 336,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Sól [g] 6

2025.04.29 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Sz.Czem. wątrobowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Polędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (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 kiełbasa szynkowa 60 g (MIE)	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 287,9 Białko ogółem [g] 128,9 Tłuszcz [g] 46,1 Węglowodany ogółem [g] 365,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Sól [g] 8,4
	Sz.Czem. trzustkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Polędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIE) Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 50 g (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 Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 017,4 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 336,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 6,3
	Sz.Czem. papkowata	bułka wrocławska 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, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIE) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 801,7 Białko ogółem [g] 140,7 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 422,1 Błonnik pokarmowy [g] 54,5 Sól [g] 5,4
	Sz.Czem. przederana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 733,2 Białko ogółem [g] 73,3 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 224,8 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 2,1

Jadłospisy w dniu 2025-04-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-04-29 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Sz.Czem. wegetariańska	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Serek topiony 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Bigos wegetariański 350 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina w ege 60 g Ogórki kiszane 130 g	Galaretkawięśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,8 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 257,9 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 6,4
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sokwielowarzynny 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Kielbasakanapkowa 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik ryżowy z zieleciną 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe b/glut. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszane 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 937 Białko ogółem [g] 71 Tłuszcz [g] 110,9 Węglowodany ogółem [g] 194,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 3,6
	Sz.Czem. bezsoła	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Kielbasakanapkowa 60 g Ogórek świeży 130 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 604,1 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 379,1 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Sól [g] 6,4
	Sz.Czem. niskobiałkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sokwielowarzynny 250 ml Sokwielowarzynny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Bigos wegetariański 250 g Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g Ogórki kiszane 130 g	Galaretkawięśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 462,6 Białko ogółem [g] 39,3 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 225,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 4,2

2025-04-29 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wrzodowa		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Kielbasa kanapkowa 60 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa szynkowa 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 833 Białko ogółem [g] 163,1 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 385,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,1 Sól [g] 7,7
Sz.Czem. wegańska		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Ogórek świeży 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Knedle ze śliwkami 300 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Sos owocowy 100 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Galaretkawieśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 955,7 Białko ogółem [g] 54 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 Sól [g] 3,8
Sz.Czem. bogatoreszkowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g Kielbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszzone 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 334,6 Białko ogółem [g] 121,8 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 57,6 Sól [g] 6,6
Sz.Czem. ubogoenenergetyczna		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 manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 300 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIE) Bukiet jarzyn 150 g 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 kielbasa szynkowa 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Galaretkawieśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 462,7 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 210,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 3,3

Jadłospisy w dniu 2025-04-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-29 wtorek	Sz.Czem. papkowata b/m		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa szynkowa rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998,7 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 307,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,9 Sól [g] 5,5
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa		bułka wrocławska 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, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 875,5 Białko ogółem [g] 168,9 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 396,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,9 Sól [g] 5,6
	Sz.Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 659,3 Białko ogółem [g] 61,5 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 232,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Sól [g] 1,9
	Sz.Czem. przecierana bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,2 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 231,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 2,3