

Jadłospisy w dniu 2025-05-03 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-03 sobota	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) Rzodkiewka 130 g Paszтет drobiow y 130 g		Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Ryż brązowy 180 g Cwikła z chrzanem 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 Ser twarogowy z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka drobiowa 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431 Białko ogółem [g] 140,5 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 4,7
	Sz.Czem. latwostrawna		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 Paszтет drobiow y 130 g		Zupa kalafiorowa 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, 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 tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka drobiowa 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 497,2 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 340,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Sól [g] 4,4
	Sz.Czem. bezmleczna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет drobiow y 130 g Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa b/z 350 ml (SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, 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) Miód naturalny 25 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 171,7 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 331,1 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 3
	Sz.Czem. bogatobiałkowa		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 Paszтет drobiow y 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, 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 tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 784,5 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 371,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 3,8

2025-05-03 sobota

		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 płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Schab gotowany 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa b/z 350 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Miód naturalny 25 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA)	Szynka drobiowa 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,7 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 406,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sól [g] 5
Sz.Czem. trzustkowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Schab gotowany 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz wieprzowy z warzywami 110 g (GLU, MIE) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa b/z 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Szynka drobiowa 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,3 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 390,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 4,9
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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa kalafiorowa przetarta 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Ryż gotowany 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 931,3 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 413,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 4,3
Sz.Czem. przelewana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa kalafiorowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 740,4 Białko ogółem [g] 71,3 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 224,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 2,1

2025-05-03 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Szczem. 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) Sałatka wielowarzywna z kaszą bulgur 200 g (SEL) Rzodkiewka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g Cwikła z chrzanem 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 Ser twarogowy z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 418 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 3,7
Szczem. bezglutenowa		Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Rzodkiewka 130 g		Zupa ogórkowa b/g 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy b/g 150 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Cwikła z chrzanem 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 Ser twarogowy z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 126,2 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 185,4 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 1,6
Szczem. 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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) 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 twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 884,5 Białko ogółem [g] 128 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 412,7 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sól [g] 4,3

2025-05-03 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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 wielowarzywny 250 ml Pasta ze szpinaku i twarogu 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (SEL) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU) Ryż brązowy 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g Miód naturalny 25 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 718 Białko ogółem [g] 36,2 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 2,3
Sz.Czem. wrzodowa		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Schab gotowany 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa 350 ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Szynka drobiowa 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 944,4 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 409 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 5,2
Sz.Czem. wegańska		Bułka 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 Rzodkiewka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa ogórkowa b/m 350 ml (SEL) Cwikła z chrzanem 150 g Ryż brązowy 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Ogórek świeży 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,1 Białko ogółem [g] 70,2 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 402,9 Błonnik pokarmowy [g] 69,7 Sól [g] 3,1
Sz.Czem. bogatoreszkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) 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) Rzodkiewka 130 g Pasztecik drobiowy 130 g		Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) Ryż brązowy 180 g Cwikła z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser twarogowy z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Szynka drobiowa 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 624 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Sól [g] 5,4

2025-05-03 sobota

		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 Płatki kukurydziane na wodzie 250 g Schab gotowany 60 g (MIE) Rzodkiewka 130 g		Zupa kalafiorowa b/z 300 ml (SEL) Gulasz wegetariański 150 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 471,2 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 236,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sól [g] 2,7
	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		zupa kalafiorowa b/ml przetarta 350 ml (SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Ryż gotowany 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Miód naturalny 25 g	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 623,7 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 421,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 Sól [g] 3,6
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 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) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa kalafiorowa przetarta 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Ryż gotowany 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 3 114,5 Białko ogółem [g] 147,9 Tłuszcz [g] 102,1 Węglowodany ogółem [g] 420,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 4,5
	Sz.Czem. przederana b/m	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa kalafiorowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 868,9 Białko ogółem [g] 57,8 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Błonnik pokarmowy [g] 50 Sól [g] 1,8

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-03 sobota	Szczegółowa dieta bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa kalafiorowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 923,6 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 231,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 2,3