

2025-05-04 niedziela

|                     |  |  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                    | 2. śniadanie              | Obiad                                                                                                                                                                                                               | Kolacja                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny                                       | SUMA                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Kakao na mleku 250 ml (BIA)<br>Kefir 150 ml (BIA)<br>Pomidor 130 g<br>Szynka staropolska 60 g (MIĘ) |                           | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g (BIA)<br>Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 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>Pasta z ciecierzycy 110 g<br>Rzodkiewka 130 g | Pieczywo pszenne 30 g (GLU)<br>Ser żółty 30 g (BIA) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 072,7<br><b>Białko ogółem [g]</b> 98,9<br><b>Tłuszcz [g]</b> 72,4<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 287,1<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 56,5<br><b>Sól [g]</b> 3,1  |
|                     |  |  | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kakao na mleku 250 ml (BIA)<br>Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU)<br>Pomidor bs 130 g<br>Szynka staropolska 60 g (MIĘ)       |                           | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g (BIA)                     | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g (MIĘ)<br>Pasta z marchewki 130 g                         | Pieczywo pszenne 30 g (GLU)<br>Ser żółty 30 g (BIA) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 942,9<br><b>Białko ogółem [g]</b> 101,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 69,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 269,9<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,2<br><b>Sól [g]</b> 4,1 |
|                     |  |  | 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>Szynka staropolska 60 g (MIĘ)<br>Pomidor 130 g                         |                           | Zupa pomidorow a z ryżem czy sta 350 ml (SEL)<br>Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy b/m 50 g                    | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Margaryna roślinna 15 g<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g (MIĘ)<br>Pasta z marchewki 130 g                           | Kisiel z jabłkiem 250 ml                            | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 398,3<br><b>Białko ogółem [g]</b> 77<br><b>Tłuszcz [g]</b> 38,7<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 217,2<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,4<br><b>Sól [g]</b> 3,4    |
|                     |  |  | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>Kakao na mleku 250 ml (BIA)<br>Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU)<br>Pomidor bs 130 g<br>Szynka staropolska 60 g (MIĘ)       | Serek wiejski 200 g (BIA) | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g (BIA)                     | Pieczywo pszenne 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g (MIĘ)<br>Pasta z marchewki 130 g                         | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo pszenne 30 g (GLU) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 136,9<br><b>Białko ogółem [g]</b> 123,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 79,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 273,9<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 36,2<br><b>Sól [g]</b> 5,5 |

2025-05-04 niedziela

|                      |  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny            | SUMA                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sz.Czem. wątrobowa   |  | Bulka 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>Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>BIA, GLU</b> )<br>Szynka staropolska 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pomidor bs 130 g                                                                                    |              | Szynka wiep. duszona 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa pomidorow a z ryżem czysta 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Sos pietruszkowy 50 g ( <b>BIA</b> )                  | Bulka 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>Pasta z marchewki 130 g<br>Filet kruchy 60 g ( <b>MIĘ</b> )           | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 778,1<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>89,1<br><b>Tłuszcz [g]</b> 38,7<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,5<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,8<br><b>Sól [g]</b> 4,2 |
| Sz.Czem. tłuszczowa  |  | Bulka 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>Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>BIA, GLU</b> )<br>Szynka staropolska 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pomidor bs 130 g                                                                                    |              | Kopytka 300 g ( <b>GLU</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa pomidorow a z ryżem czysta 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Dynia gotowana 150 g                                                                                                        | Bulka 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>Filet kruchy 40 g ( <b>MIĘ</b> )<br>Pasta z marchewki 130 g           | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 775,3<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>68,6<br><b>Tłuszcz [g]</b> 31,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 331,8<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,2<br><b>Sól [g]</b> 3,7 |
| Sz.Czem. papkowata   |  | Bulka 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>Kakao na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>BIA, GLU</b> )<br>pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, MIĘ</b> )<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g |              | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>ziemniaki puree 180 g<br>dynia gotowana rozdrobniona 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g ( <b>BIA</b> ) | Bulka 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>Twarożek 110 g ( <b>BIA</b> )<br>Dżem 25 g | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 428,8<br><b>Białko ogółem [g]</b> 115<br><b>Tłuszcz [g]</b> 76,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,1<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,6<br><b>Sól [g]</b> 3,1     |
| Sz.Czem. przecierana |  | zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              | zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml ( <b>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                                                                                                               | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 704,3<br><b>Białko ogółem [g]</b> 69,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 77,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 197,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,2<br><b>Sól [g]</b> 2,2    |

Jadłospisy w dniu 2025-05-04 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

|                      |                        | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                    | 2. śniadanie              | Obiad                                                                                                                                                                                                                | Kolacja                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny                                       | SUMA                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-04 niedziela | 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>Kakao na mleku 250 ml (BIA)<br>Kefir 150 ml (BIA)<br>Szynka staropolska 60 g (MIE)<br>Pomidor 130 g | Serek wiejski 200 g (BIA) | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 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>Pasta z ciecierzycy 110 g<br>Rzodkiewka 130 g | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo pszenne 30 g (GLU) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 336,5<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>116,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 86,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 304,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 56<br><b>Sól [g]</b> 5,1 |
|                      | 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 wielowarzywny 250 ml<br>Kefir 150 ml (BIA)<br>Szynka staropolska 60 g (MIE)<br>Pomidor bs 130 g                     |                           | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Szynka wiep. duszona b/g 110 g (MIE)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy b/glut. 50 g | Pieczywo bezglutenow e 100 g<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pasta z ciecierzycy 110 g<br>Rzodkiewka 130 g                              | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Pieczywo bezglutenow e 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 017,7<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>84,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 110<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 194,3<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,8<br><b>Sól [g]</b> 1,1 |
|                      | Sz.Czem. bezsoha       | Bułka wrocławska 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kakao na mleku 250 ml (BIA)<br>Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU)<br>Szynka staropolska 60 g (MIE)<br>Pomidor 130 g |                           | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)<br>Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIE)<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g (BIA)                      | Bułka wrocławska 100 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g (MIE)<br>Pasta z marchewki 130 g                         | Ser żółty 30 g (BIA)<br>Bułka wrocławska 30 g (GLU) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 386,7<br><b>Białko ogółem [g]</b> 113<br><b>Tłuszcz [g]</b> 78,4<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 352,1<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,3<br><b>Sól [g]</b> 5      |
|                      | Sz.Czem. niskobiałkowa | Bułka wrocławska 80 g (GLU)<br>Masło extra 82% 15g (BIA)<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Sok wielowarzywny 250 ml<br>Pasta z brokuła i cukinii 110 g<br>Pomidor bs 130 g          |                           | Zupa pomidorow a z ryżem czysta 300 ml (SEL)<br>Kopytka 200 g (GLU)<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Dynia gotowana 150 g                                                                                                 | Bułka wrocławska 80 g (GLU)<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>Pasta z marchewki 130 g                               | Kisiel z jabłkiem 250 ml                            | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 573,8<br><b>Białko ogółem [g]</b> 35,5<br><b>Tłuszcz [g]</b> 51,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 258<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,1<br><b>Sól [g]</b> 3,5     |

Jadłospisy w dniu 2025-05-04 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-05-04 niedziela

|                            |  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2. śniadanie                       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny                                                        | SUMA                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sz.Czem. wrzodowa          |  | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>BIA, GLU</b> )<br>Szynka staropolska 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>Kakao na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Pomidor bs 130 g | Serek wiejski 200 g ( <b>BIA</b> ) | Szynka wiep. duszona 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>Sos pietruszkowy 50 g ( <b>BIA</b> )                     | Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>Pasta z marchewki 130 g | Kisiel z jabłkiem 250 ml                                             | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 443,9<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>126,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 81,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 343,8<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,8<br><b>Sól [g]</b> 6   |
| Sz.Czem. wegafska          |  | 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 widowarzywny 250 ml<br>Pasta z brokuła i cukinii 110 g<br>Pomidor 130 g                                                                | sok z buraków 200 ml               | Kopytka 300 g ( <b>GLU</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Zupa pomidorow a z ryżem czysta 350 ml ( <b>SEL</b> )<br>Dynia gotowana 150 g                                                                                                         | 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>Pasztet z soczewicy 100 g<br>Rzodkiewka 130 g                           | Kisiel z jabłkiem 250 ml                                             | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 752,7<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>48,3<br><b>Tłuszcz [g]</b> 37<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 327,2<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,6<br><b>Sól [g]</b> 2,5    |
| Sz.Czem. bogatoreszkowa    |  | pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kakao na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Kefir 150 ml ( <b>BIA</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Szynka staropolska 60 g ( <b>MIĘ</b> )                         |                                    | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>Szynka wiep. duszona 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>Ziemniaki gotowane 180 g<br>Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g ( <b>BIA</b> ) | pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Pasta z ciecierzycy 110 g<br>Rzodkiewka 130 g                | pieczywo żytnie 30 g ( <b>ŻYT</b> )<br>Ser żółty 30 g ( <b>BIA</b> ) | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 265,7<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>102,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 74,2<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 334,2<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 69,3<br><b>Sól [g]</b> 3,8 |
| Sz.Czem. ubogoenergetyczna |  | Pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> )<br>Sałata 10 g<br>Jabłko 130 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Kefir 150 ml ( <b>BIA</b> )<br>Szynka staropolska 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>Pomidor bs 130 g                                       |                                    | Zupa pomidorow a z ryżem czysta 350 ml ( <b>SEL</b> )<br>Szynka wiep. duszona 110 g ( <b>GLU, MIĘ</b> )<br>Dynia gotowana 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Ziemniaki gotowane 180 g                                                           | Pieczywo pszenne 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>Filet kruchy 60 g ( <b>MIĘ</b> )<br>Pasta z marchewki 130 g  | Kisiel z jabłkiem 250 ml                                             | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 231,4<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>74,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 26,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 201,6<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,4<br><b>Sól [g]</b> 3,3  |

Jadłospisy w dniu 2025-05-04 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

|                      |                                    |  |  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2. śniadanie                       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny            | SUMA                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-04 niedziela | Sz.Czem. papkowata b/m             |  |  | Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> )<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 z brokuła i cukinii 110 g<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g                                                                                            |                                    | Zupa pomidorow a z ryżem czysta 350 ml ( <b>SEL</b> )<br>szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g ( <b>GLU, MIE</b> )<br>ziemniaki puree 180 g<br>dynia gotowana rozdrobniona 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy b/m 50 g          | Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> )<br>Margaryna 15 g<br>sałata rozdrobniona 10 g<br>herbata z cytryną b/c 250 ml<br>Filet kruchy 60 g ( <b>MIE</b> )<br>Dżem 25 g                   | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 621,8<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>63,9<br><b>Tłuszcz [g]</b> 41,3<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 277,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,9<br><b>Sól [g]</b> 3,7  |
|                      | Sz.Czem. papkowata bogatobiakowa   |  |  | Bulka 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>Kakao na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> )<br>Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>BIA, GLU</b> )<br>pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g ( <b>BIA, MIE</b> )<br>pomidor bs rozdrobniony 130 g | Serek wiejski 200 g ( <b>BIA</b> ) | Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g ( <b>GLU, MIE</b> )<br>ziemniaki puree 180 g<br>dynia gotowana rozdrobniona 150 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos pietruszkowy 50 g ( <b>BIA</b> ) | Bulka 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>Twarożek 110 g ( <b>BIA</b> )<br>Dżem 25 g | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 2 621,2<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>136,8<br><b>Tłuszcz [g]</b> 86,6<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 348,8<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,5<br><b>Sól [g]</b> 4,5 |
|                      | Sz.Czem. przedierana b/m           |  |  | zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml ( <b>GLU, JAJ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                    | zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml ( <b>SEL</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml                                                                                                                                                            | Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml ( <b>SEL</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml                                                                                                                    | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 630,4<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>57,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 70<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 205<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,5<br><b>Sól [g]</b> 2        |
|                      | Sz.Czem. przedierana bogatobiakowa |  |  | zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Serek wiejski 200 g ( <b>BIA</b> ) | zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml ( <b>SEL</b> )<br>Kompot owocowy 250 ml                                                                                                                                                            | Zupa jarzy nowa 500 ml ( <b>BIA, SEL</b> )<br>herbata z cytryną b/c 250 ml                                                                                                                          | Kisiel z jabłkiem 250 ml | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b><br>[kcal] 1 898,3<br><b>Białko ogółem [g]</b><br>91,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 87,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 201,4<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,2<br><b>Sól [g]</b> 3,6  |