

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 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 Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 703,7 Białko ogółem [g] 177,3 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,4 Sól [g] 9,7
	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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 120 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432,7 Białko ogółem [g] 161,9 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 261 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 8,9
	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 warzywny 250 ml Kielbasa podwawelska 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 081,1 Białko ogółem [g] 141,6 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 264,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,3 Sól [g] 8,9

Jadłospisy w dniu 2025-05-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 120 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 467,8 Białko ogółem [g] 155,2 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 8,6
	Sz.Czem. wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pieczeń wege 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	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 Papryka z rybny 150 g (RYB)	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,2 Białko ogółem [g] 131,5 Tłuszcz [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 364,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Sól [g] 6,9
	Sz.Czem. trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pieczeń wege 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 959,2 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 348,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 4,7

2025-05-05 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. papkowata		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 577,7 Białko ogółem [g] 160,6 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 7,1
		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 652 Białko ogółem [g] 63,7 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 216,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 1,6
		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pieczeń wieg 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,5 Białko ogółem [g] 123,1 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 6,2
		Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 610,3 Białko ogółem [g] 152,7 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 256,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Sól [g] 7,5

2025-05-05 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Szczem. bezsohna		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kielbasa podwawelska 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 732 Białko ogółem [g] 161,9 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 9,3
Szczem. 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 wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Pieczeń wege 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g 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 brokułowa ze szpinakiem 60 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 544,9 Białko ogółem [g] 40,3 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sól [g] 2,4
Szczem. wrzodowa		Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 790 Białko ogółem [g] 161,5 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 361,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 7,2
Szczem. 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 wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pieczeń wege 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,7 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 383 Błonnik pokarmowy [g] 75,7 Sól [g] 4,2

Jadłospisy w dniu 2025-05-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	Sz.Czem. bogatobreszkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 896,7 Białko ogółem [g] 180,6 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 374 Błonnik pokarmowy [g] 70,2 Sól [g] 10,4
	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 jaglane na wodzie 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) pieczeń wieprzowa duszona 110 g (MIE) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 60 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 517,7 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 206,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 3,3
	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 Pasta wielowarzywna 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przelata 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 221,3 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 333 Błonnik pokarmowy [g] 56,6 Sól [g] 7,4

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	Sz.Czem. papkowata bogatobialkowa		Bulka 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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pieczeń wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 596,7 Białko ogółem [g] 161,5 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sól [g] 7,1
	Sz.Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 675,2 Białko ogółem [g] 54,4 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 256,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 2,2
	Sz.Czem. przederana bogatobialkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 1,6