

Jadłospisy w dniu 2025-05-12 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12 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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Paszтет drobiow y 130 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, SEL) stek z szynki siekany 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,4 Białko ogółem [g] 131,3 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 265,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 5
	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiow y 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,7 Białko ogółem [g] 137,5 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 225,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 4,6
	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 wielowarzyw ny 250 ml Paszтет drobiow y 130 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 717,8 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 56,5 Węglowodany ogółem [g] 196,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 4
	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiow y 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471 Białko ogółem [g] 152,1 Tłuszcz [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 250,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 5

Jadłospisy w dniu 2025-05-12 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-05-12 poniedziałek

		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 Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 800,7 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 276 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 5,5
Sz.Czem. trzustkowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 779,8 Białko ogółem [g] 72,7 Tłuszcz [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 5
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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa koperkowa z ryżem zmięszana 350 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 474 Białko ogółem [g] 139,1 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 5,2
Sz.Czem. przecierana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JA,J)		zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmięszana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 678 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 191,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 2,3

2025-05-12 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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Wędlina wege 60 g Ogórki kiszone 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 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) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 437,3 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 299 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 5,6
Sz.Czem. bezglutenowa		Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wiślowarzynny 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) stek z szynki siekany 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 170,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 3
Sz.Czem. bezsoła		Butka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml	Butka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,2 Białko ogółem [g] 140,2 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 5,2

2025-05-12 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. 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 z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU , SEL) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa 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 wielowarzywna 60 g Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 457,3 Białko ogółem [g] 36,1 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 229,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 2
Sz.Czem. wrzodowa		Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 60 g (MIE) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	bitka z szynki w sosie własnym 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,9 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 298,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 6,4
Sz.Czem. 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 z zielonego groszku 110 g Ogórki kiszane 130 g	Mus owocowy 150 g	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,2 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 380,4 Błonnik pokarmowy [g] 67,6 Sól [g] 3,3
Sz.Czem. bogatobiałkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszane 130 g Pasztecik drobiowy 130 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA , SEL) stek z szynki siekany 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 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 szynka wiejska 60 g (MIE) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,3 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Sól [g] 5,7

2025-05-12 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz. Czern. 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 Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Filet kruchy 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 130 g		Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) Gulasz warzywny 150 g (GLU) Fasolka szparagowa 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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 318,7 Białko ogółem [g] 67,3 Tłuszcz [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 230,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 4,9
Sz. Czern. 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 koperkowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 104,1 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 258,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,8
Sz. Czern. papkowata bogatobiałkowa		Bułka 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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	zupa koperkowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Pasta z brokuła i cukinii 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 732,3 Białko ogółem [g] 153 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 5,6
Sz. Czern. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 604,1 Białko ogółem [g] 64,3 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 199,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 2,1

Jadłospisy w dniu 2025-05-12 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-12 poniedziałek	Szczegółowa dieta bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ)	zupa koperkowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,3 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 197,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 2,7