

Jadłospisy w dniu 2025-06-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-14 sobota	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Papryka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) Ryż brązowy 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Szyńka drobiowa 30 g (MIĘ)	
			Waga porcji [g]: 625	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 140	Waga porcji [g]: 615	Waga porcji [g]: 140	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 936,6 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 92,9 Błonnik pokarmowy [g] 13,2 Sól [g] 1,6 WW [Por] 9,4	Wartość energetyczna[kcal] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 890,5 Białko ogółem [g] 47,8 Tłuszcz [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 126,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] 650,6 Białko ogółem [g] 31,6 Tłuszcz [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Sól [g] 2,3 WW [Por] 6,2	Wartość energetyczna[kcal] 96,9 Białko ogółem [g] 8,1 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 15,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 1 WW [Por] 1,5	Wartość energetyczna[kcal] 2 757,8 Białko ogółem [g] 161,1 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Sól [g] 5,8 WW [Por] 30,6
	Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	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) paszтет 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, MIĘ) Ryż gotowany 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g 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 pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galełka cytrynowa 200 g	
			Waga porcji [g]: 651	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 495	Waga porcji [g]: 100	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 1 190,7 Białko ogółem [g] 65,9 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 139 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Sól [g] 2,2 WW [Por] 14	Wartość energetyczna[kcal] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 826,4 Białko ogółem [g] 32,5 Tłuszcz [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 154,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 1 WW [Por] 15,6	Wartość energetyczna[kcal] 643,6 Białko ogółem [g] 32,1 Tłuszcz [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Sól [g] 2,2 WW [Por] 6,5	Wartość energetyczna[kcal] 39,4 Białko ogółem [g] 3,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 0,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Sól [g] 0,1 WW [Por]	Wartość energetyczna[kcal] 2 883,3 Białko ogółem [g] 147,4 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 364,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Sól [g] 5,7 WW [Por] 36,8
	Sz.Czem. przecierana cukrzykowa	Składniki	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	Galełka cytrynowa 200 g	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 100	

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-14 sobota	Szczem. przedrana cukrzykowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4	Wartość energetyczna[kcal] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 529,5 Białko ogółem [g] 17 Tłuszcz [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 79,1 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Sól [g] 0,4 WW [Por] 7,8	Wartość energetyczna[kcal] 452,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] 39,4 Białko ogółem [g] 3,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 0,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Sól [g] 0,1 WW [Por]	Wartość energetyczna[kcal] 1 865, 4 Białko ogółem [g] 84, 1 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 216,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 2,3 WW [Por] 21,7