

Jadłospisy w dniu 2025-06-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-29 niedziela	Sz.Czem. cukrzykowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIE) Ogórki kiszzone 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) 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 ciecierzycy 110 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 855	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 190	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 751,8 Białko ogółem [g] 40,2 Tłuszcz [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 89,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 1,4 WW [Por] 9	Wartość energetyczna[kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] 815,1 Białko ogółem [g] 52,4 Tłuszcz [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 117,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 1,1 WW [Por] 11,8	Wartość energetyczna[kcal] 663,8 Białko ogółem [g] 19,7 Tłuszcz [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 101,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 1,3 WW [Por] 10,1	Wartość energetyczna[kcal] 147,3 Białko ogółem [g] 13 Tłuszcz [g] 3,3 Węglowodany ogółem [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,4 WW [Por] 1,8	Wartość energetyczna[kcal] 2 523,5 Białko ogółem [g] 141,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 65,4 Sól [g] 5,3 WW [Por] 33
	Sz.Czem. papkowata cukrzykowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 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 poledwica sopocka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	
			Waga porcji [g]: 951	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 130	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 988,2 Białko ogółem [g] 40,8 Tłuszcz [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 140,2 Błonnik pokarmowy [g] 16 Sól [g] 1,4 WW [Por] 14,1	Wartość energetyczna[kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] 773,1 Białko ogółem [g] 56,8 Tłuszcz [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 95,9 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 1 WW [Por] 9,7	Wartość energetyczna[kcal] 772,2 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 108,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 4,2 WW [Por] 11	Wartość energetyczna[kcal] 167,4 Białko ogółem [g] 13,6 Tłuszcz [g] 4,1 Węglowodany ogółem [g] 19,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Sól [g] 0,4 WW [Por] 2	Wartość energetyczna[kcal] 2 846,4 Białko ogółem [g] 157,8 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Sól [g] 8,1 WW [Por] 37,1
	Sz.Czem. przecierana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa pomidorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200	

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-29 niedziela	Szczem. przedierana 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] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 1,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] 464,9 Białko ogółem [g] 18,7 Tłuszcz [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,7 Sól [g] 0,6 WW [Por] 5,5	Wartość energetyczna[kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] 42,1 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 0,2 Sól [g] WW [Por] 1,1	Wartość energetyczna[kcal] 1 839, 3 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 3,3 WW [Por] 20,2