

2025-06-10 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g Kiełbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszane 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226,2 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 287,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 6,1
		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Kiełbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,1 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Sól [g] 6
		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Kiełbasa kanapkowa 60 g Pomidor 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa szynkowa 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 933 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 266,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Sól [g] 6,3
		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Kiełbasa kanapkowa 60 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581,1 Białko ogółem [g] 144,4 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 337,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Sól [g] 6,2

2025-06-10 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Sz.Czem. wątrobowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Polędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	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 kiełbasa szynkowa 60 g (MIE)	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,5 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 366,3 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 8,6
	Sz.Czem. trzustkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Polędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 50 g (SEL) Bukiet jarzyn 150 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 Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 091,4 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 386,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Sól [g] 6,8
	Sz.Czem. papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIE) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 834,3 Białko ogółem [g] 133,8 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 422,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,6 Sól [g] 5,7
	Sz.Czem. przederana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretką wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 733,2 Białko ogółem [g] 73,3 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 224,8 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 2,1

2025-06-10 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wegetariańska		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Serek topiony 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 50 g (SEL) Mizerna z jogurtem 150 g (BIA)	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina w ege 60 g Ogórki kiszane 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 311,7 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Błonnik pokarmowy [g] 46 Sól [g] 4,8
		Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wirowarzynny 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Kielbasa kanapkowa 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik ryżowy z zieleciną 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe b/glut 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Mizerna z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszane 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Pieczyno bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 111,4 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 119,2 Węglowodany ogółem [g] 186,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 3,5
		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Kielbasa kanapkowa 60 g Ogórek świeży 130 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 636,7 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 379,5 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Sól [g] 6,6
		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wirowarzynny 250 ml Sok wirowarzynny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g Ogórki kiszane 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 671,2 Białko ogółem [g] 42,2 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 277,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Sól [g] 2,9

Jadłospisy w dniu 2025-06-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-10 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wrzodowa		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Kielbasa kanapkowa 60 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa szynkowa 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 865,6 Białko ogółem [g] 156,2 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 385,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 7,9
Sz.Czem. wegańska		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Ogórek świeży 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Knedle ze śliwkami 300 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (BIA)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Galaretkawięśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,3 Białko ogółem [g] 56,9 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,5 Sól [g] 3,8
Sz.Czem. bogatobiałkowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g Kielbasa kanapkowa 60 g		Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Ogórki kiszane 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,4 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Sól [g] 6,5
Sz.Czem. ubogoenenergetyczna		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 manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 300 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Bukiet jarzyn 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 kielbasa szynkowa 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Galaretkawięśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 511,8 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 210,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 3,5

Jadłospisy w dniu 2025-06-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-10 wtorek	Sz.Czem. papkowata b/m		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa szynkowa rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 307,6 Błonnik pokarmowy [g] 51 Sól [g] 5,7
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIE) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 908,1 Białko ogółem [g] 162 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 396,9 Błonnik pokarmowy [g] 55 Sól [g] 5,9
	Sz.Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 659,3 Białko ogółem [g] 61,5 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 232,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Sól [g] 1,9
	Sz.Czem. przecierana bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	twarożek z koperkiem 150 g (BIA)	zupa krupnik z kaszą przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,2 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 231,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 2,3