

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-11 środa	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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Jabłko 1 szt	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 Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 487,6 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 335 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 8,5
	Sz.Czem. łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,4 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 287,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 7,3
	Sz.Czem. beznleczna		Pieczywo pszenne 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 warzywna 110 g Pomidor 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 819,7 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sól [g] 3,1

2025-06-11 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,4 Białko ogółem [g] 129 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 7,3
Sz.Czem. wątrobowa		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g Pierś wędzona z indyka 40 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 959,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 329 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 3,3
Sz.Czem. trzustkowa		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g Pierś wędzona z indyka 40 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 829 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 329 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 3,2

Jadłospisy w dniu 2025-06-11 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-11 środa	Sz.Czem. papkowata	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jablko pieczone rozdrobnione 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,8 Białko ogółem [g] 130,4 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 7,9
	Sz.Czem. przederana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 736 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 1,9
	Sz.Czem. wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jablko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Jablko 1 szt	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 Wędlina w ege 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 451,2 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sól [g] 9,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-11 środa	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki kukurydżiane na mleku 250 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Makaron bezglutenowy 180 g Kompot owocowy 250 ml Jabłko 1 szt	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482,7 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 132,9 Węglowodany ogółem [g] 235,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 6,5
	Sz.Czem. bezsoła	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 610,8 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 358,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 7,8
	Sz.Czem. niskobiałkowa	Bułka 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 koperkowa b/m 300 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Sos warzywny 100 g (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś z indyka gotowana 40 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 738,2 Białko ogółem [g] 40,3 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,5 Sól [g] 3,3

2025-06-11 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wzrodowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Potrąwka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,8 Białko ogółem [g] 135,9 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 7,7
Sz.Czem. wegafska		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok widowarzynowy 250 ml Pasta warzywna 60 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny z kaszą 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Jabłko 1 szt	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztecik z cukinii 110 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,8 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany ogółem [g] 390,3 Błonnik pokarmowy [g] 52,9 Sól [g] 3,2
Sz.Czem. bogatoresttkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Jabłko 1 szt	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,5 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 97,9 Węglowodany ogółem [g] 382,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,3 Sól [g] 9,2
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 Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Jabłko 1 szt	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 40 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 395,1 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 257,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 1,6

Jadłospisy w dniu 2025-06-11 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-11 środa	Sz.Czem. papkowata b/m			Bulka 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 warzywna 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 982,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sól [g] 3,5
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa			Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 560,2 Białko ogółem [g] 131,2 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 7,9
	Sz.Czem. przedeterana b/m			zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 639,2 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 208,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 1,7
	Sz.Czem. przedeterana bogatobiałkowa			zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 755 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 201,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sól [g] 1,9