

Jadłospisy w dniu 2025-06-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-15 niedziela	Sz.Czem. podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Sałata z jogurtem 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 Ser żółty 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 012,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 241,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Sól [g] 2,9
	Sz.Czem. łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (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 Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 942,9 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 269,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Sól [g] 4,1
	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 wielowarzywny 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa pomidorow a z ziemniakami 350 ml (SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 475,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 235,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 3,4
	Sz.Czem. bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (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 Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Serek wiejski 200 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 136,9 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 273,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Sól [g] 5,5

2025-06-15 niedziela

		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 manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ziemniakami 300 ml (SEL) Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 130 g Filet kruchy 60 g (MIĘ)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 854,6 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 4,2
Sz.Czem. trzustkowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ziemniakami 300 ml (SEL) Dynia gotowana 150 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 40 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 900,5 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 34,6 Węglowodany ogółem [g] 355,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 3,7
Sz.Czem. papkowata		Bulka 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) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 416,2 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 341,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 3,1
Sz.Czem. przecierana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa pomidorow a 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	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 691,7 Białko ogółem [g] 69,4 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 194 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 2,2

Jadłospisy w dniu 2025-06-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-15 niedziela

		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 Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Serek wiejski 200 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sałata z jogurtem 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 Ser żółty 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 276,5 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 258,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 4,9
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wirowarzynny 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona b/g 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Sałata z jogurtem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/glut 50 g	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 957,7 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 120,3 Węglowodany ogółem [g] 148,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 0,8
	Sz.Czem. bezsoha	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pasta z marchewki 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,7 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 352,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Sól [g] 5
	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 wirowarzynny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ziemniakami 300 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Dynia gotowana 150 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina w ege 60 g Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 699 Białko ogółem [g] 38,4 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 281,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 3,6

Jadłospisy w dniu 2025-06-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-15 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wrzodowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 200 g (BIA)	Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 517,4 Białko ogółem [g] 127,6 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sól [g] 6
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 widowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	sok z buraków 200 ml	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ziemniakami 350 ml (SEL) Dynia gotowana 150 g Sos pietruszkowy b/m 50 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztet z soczewicy 100 g Ogórek świeży 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 849 Białko ogółem [g] 50,7 Tłuszcz [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 348,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 2,6
Sz.Czem. bogatoresttkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Sałata z jogurtem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,7 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,5 Sól [g] 3,6
Sz.Czem. ubogoenenergetyczna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ziemniakami 350 ml (SEL) Szynka wiep. duszona 110 g (GLU, MIĘ) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 308,4 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 220 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Sól [g] 3,3

Jadłospisy w dniu 2025-06-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-15 niedziela	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 z brokuła i cukinii 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorow a z ziemniakami 350 ml (SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 612,7 Białko ogółem [g] 64,3 Tłuszcz [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 274,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 3,7
	Sz.Czem. papkowata bogatobiakowa			Bulka 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) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 200 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 608,6 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 4,5
	Sz.Czem. przedierana b/m			zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 617,8 Białko ogółem [g] 57,6 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 201,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sól [g] 2
	Sz.Czem. przedierana bogatobiakowa			zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 200 g (BIA)	zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,7 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 198 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 3,6