

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	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) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 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 Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 672,9 Białko ogółem [g] 184,3 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,4 Sól [g] 9,5
	Sz.Czem. latwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 120 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,9 Białko ogółem [g] 168,8 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 261 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 8,7
	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 warzywny 250 ml Kielbasa podwawelska 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,3 Białko ogółem [g] 148,5 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 264,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,3 Sól [g] 8,7

Jadłospisy w dniu 2025-06-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Sz.Czem. bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kielbasa podwawelska 120 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 437 Białko ogółem [g] 162,1 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 8,4
	Sz.Czem. wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 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 Papryka z rybny 150 g (RYB)	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,8 Białko ogółem [g] 159,1 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 347,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 6,8
	Sz.Czem. trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 048,9 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 4,6

2025-06-16 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. papkowata		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 546,9 Białko ogółem [g] 167,5 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 6,9
	Sz.Czem. przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 652 Białko ogółem [g] 63,7 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 216,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 1,6
	Sz.Czem. wegetariańska	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety warzywne z kasza 110 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 098,8 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sól [g] 6,2
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok warzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe b/glut. 110 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzynna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399,1 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 256,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Sól [g] 7,3

Jadłospisy w dniu 2025-06-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Sz.Czem. bezsoha	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kielbasa podwawelska 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 701,2 Białko ogółem [g] 168,8 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 9,1
	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 brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta brokułowa ze szpinakiem 60 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 554,2 Białko ogółem [g] 37,9 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 259,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sól [g] 2,4
	Sz.Czem. wzrządowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 759,2 Białko ogółem [g] 168,4 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 361,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 7

Jadłospisy w dniu 2025-06-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Sz.Czem. wegańska	Bułka wrocławska 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 wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpety warzywne z kasza 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,6 Białko ogółem [g] 70,4 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 388,6 Błonnik pokarmowy [g] 71,7 Sól [g] 4,2
	Sz.Czem. bogatostatkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kielbasa podwawelska 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 865,9 Białko ogółem [g] 187,6 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 374 Błonnik pokarmowy [g] 70,2 Sól [g] 10,2
	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 Płatki jaglane na wodzie 250 ml tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 60 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 486,9 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 206,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 3,1

Jadłospisy w dniu 2025-06-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Sz.Czem. papkowata b/m			Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 190,5 Białko ogółem [g] 134,2 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 333 Błonnik pokarmowy [g] 56,6 Sól [g] 7,2
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa			Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Papryka z rybny 150 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 565,9 Białko ogółem [g] 168,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sól [g] 6,9
	Sz.Czem. przederana b/m			zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 675,2 Białko ogółem [g] 54,4 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 256,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 2,2
	Sz.Czem. przederana bogatobiałkowa			zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 1,6