

Jadłospisy w dniu 2025-06-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	Sz Czern. 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 jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Papryka 130 g Parówki 2 szt		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kotlet schabowy 110 g (GLU, JAJ, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	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 szynka wiejska 60 g (MIE) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 455,7 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 6,9
	Sz Czern. łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Warzywa gotowane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,8 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 264,6 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6,3
	Sz Czern. 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 Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Warzywa gotowane 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 911,5 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 226,9 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 5,2

Jadłospisy w dniu 2025-06-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	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 jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 489,6 Białko ogółem [g] 132,3 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 5,3
	Sz.Czem. wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL)	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 szynka wiejska 60 g (MIĘ)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 303,9 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 5,6
	Sz.Czem. trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL)	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 szynka wiejska 40 g (MIĘ)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,3 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 342,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 5

2025-06-25 środa

		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 jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 748,5 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 373,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 6
	Sz.Czem. przedrana	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	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 795,9 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 209,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 2,1
	Sz.Czem. wegetariańska	Pieczyno 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 jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA)	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Papryka 130 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,9 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Sól [g] 4,5
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczyno bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa kartoflanka 350 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy b/g 50 g (SEL)	Pieczyno bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 260,6 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 236,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 3,3

Jadłospisy w dniu 2025-06-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	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) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 813,2 Białko ogółem [g] 140,7 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 376,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 6,1
	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 kartoflanka 300 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 120 g (GLU) 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 z brokuła i cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 760,8 Białko ogółem [g] 42,3 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,4 Sól [g] 3,1
	Sz.Czem. wrzodowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 783,8 Białko ogółem [g] 147,9 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 371,2 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 6,1

2025-06-25 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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 owocowy 250 ml Humus 60 g Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Papryka 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 042,9 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Sól [g] 3,3
		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Papryka 130 g Twaróg z koperkiem 110 g (BIA)		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kotlet schabowy 110 g (GLU, JAJ, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 555,9 Białko ogółem [g] 136,6 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 6,8
		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 jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa kartoflanka 300 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 444,7 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 261,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Sól [g] 4,1
		Bułka 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 parówki rozdrobnione 2 szt Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy b/m 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIE) Warzywa gotowane 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 5,7

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-25 środa	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 jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 767,5 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 377,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 6
	Sz.Czem. przederana 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	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 642,1 Białko ogółem [g] 67,3 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 208,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 1,7
	Sz.Czem. przederana 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	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 814,9 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 213,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 2,1