

Jadłospisy w dniu 2025-06-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-28 sobota	Szczem. 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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Ogórek świeży 130 g wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA)		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Jabłko 1 szt Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 150 g (GLU, MIE)	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 kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 468 Białko ogółem [g] 133,1 Tłuszcz [g] 102,9 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 6,3
	Szczem. 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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA)		Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 150 g (GLU, MIE)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor bs 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 388,6 Białko ogółem [g] 142,1 Tłuszcz [g] 105,1 Węglowodany ogółem [g] 268,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 4,5
	Szczem. 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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa ziemniaczana b/zab 350 g (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 150 g (GLU, MIE)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 738,5 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 232,9 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 1,8

Jadłospisy w dniu 2025-06-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-28 sobota

		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 pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA)	Kefir 150 ml (BIA)	Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL) Sos boloński 150 g (GLU, MIĘ) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor bs 130 g sos jogurtowo-chrza nowy 30 g (BIA)	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 518,5 Białko ogółem [g] 146,9 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 4,1
Sz.Czem. wątrobowa		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa ziemniaczana 300 g (BIA, 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 kielbasa krakowska 60 g (MIĘ)	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 878 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 5,4
Sz.Czem. tuzstkowa		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 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 Pomidor bs 130 g kielbasa krakowska 40 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 734,1 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 5,3

Jadłospisy w dniu 2025-06-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-28 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czern. 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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska mielona 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pasta z zielonego groszku 130 g		zupa ziemniaczana zmięksowana 350 g (BIA, SEL) Sos boloński 150 g (GLU, MIE) makaron gotowany rozdrobniony 180 g (GLU) brokuł gotowany rozdrobniony 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 kielbasa biała gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 865,4 Białko ogółem [g] 157,2 Tłuszcz [g] 114 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 5,4
	Sz.Czern. przederana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmięksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,3 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 192,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 2
	Sz.Czern. wegetariańska	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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Humus 60 g Ogórek świeży 130 g	gruszka 150 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Jabłko 1 szt Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL)	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 kielbasa wege 60 g Pomidor 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156,6 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Sól [g] 4,5
	Sz.Czern. bezglutenowa	Pieczywo 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) Humus 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos boloński b/glut 150 g (MIE) Makaron bezglutenowy 180 g Jabłko 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 697,5 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 142,7 Węglowodany ogółem [g] 248,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 2,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-28 sobota	Sz.Czem. bezsoha	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Ogórek świeży 130 g		Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 150 g (GLU, MIĘ)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor bs 130 g sos jogurtowo-chrząnowy 30 g (BIA)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 788,8 Białko ogółem [g] 151,2 Tłuszcz [g] 113,6 Węglowodany ogółem [g] 340,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 5,4
	Sz.Czem. niskobiałkowa	Bulka 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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Cukinia gotowana 150 g Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL)	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 60 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 487,7 Białko ogółem [g] 41 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 228,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 2
	Sz.Czem. wrzodowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	gruszka 150 g	Sos boloński 150 g (GLU, MIĘ) Makaron gotowany 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa krakowska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 623,3 Białko ogółem [g] 137,3 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 360,4 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 5,9

Jadłospisy w dniu 2025-06-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-28 sobota	Sz.Czem. węgierska	Bulka 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 z brokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	gruszka 150 g	Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Jabłko 1 szt Ryż gotowany 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 874,7 Białko ogółem [g] 58,2 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 3,9
	Sz.Czem. bogatorestwkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Ogórek świeży 130 g wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA)		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Jabłko 1 szt Kompot owocowy 250 ml Sos boloński 150 g (GLU, MIE)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa biała gotowana 120 g Pomidor 130 g sos jogurtowo-chrzanowy 30 g (BIA)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 660,9 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 104,7 Węglowodany ogółem [g] 353,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Sól [g] 7,1
	Sz.Czem. ubogoenergetyczna	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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pomidor bs 130 g		Zupa ziemniaczana 300 g (BIA, SEL) Sos warzywny z pomidorami 150 g (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 150 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kielbasa krakowska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 478,3 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 209,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Sól [g] 3,4

Jadłospisy w dniu 2025-06-28 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-28 sobota	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 wędlina kaliska mielona 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pasta z zielonego groszku 130 g		zupa ziemniaczana zmiksowana 350 g (BIA, SEL) Sos boloński 150 g (GLU, MIE) makaron gotowany rozdrobniony 180 g (GLU) brokuł gotowany rozdrobniony 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 kielbasa biała gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 313 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4,3
	Sz.Czem. papkowata bogatobiakowa	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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska mielona 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pasta z zielonego groszku 130 g	gruszka 150 g	zupa ziemniaczana zmiksowana 350 g (BIA, SEL) Sos boloński 150 g (GLU, MIE) makaron gotowany rozdrobniony 180 g (GLU) brokuł gotowany rozdrobniony 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 kielbasa biała gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g sos jogurtowo-chrzastnowy 30 g (BIA)	jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 952,4 Białko ogółem [g] 158,1 Tłuszcz [g] 114,3 Węglowodany ogółem [g] 378,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 5,4
	Sz.Czem. przederana b/m	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 740,4 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 204,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 1,7

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-28 sobota	Szczegółowa dieta bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	gruszka 150 g	zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 086,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 97,9 Węglowodany ogółem [g] 214 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 2