

Jadłospisy w dniu 2025-06-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-29 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) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) 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 Pasta z ciecierzycy 110 g Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 266,1 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,8 Sól [g] 3,5
	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) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,1 Białko ogółem [g] 128,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 275,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 Sól [g] 6,1
	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 Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem b/zabielenia 350 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 817 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 246,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sól [g] 5,7
	Sz.Czem. bogatobiałkowa		Serek wiejski 150 g (BIA)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 262,8 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 276,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,8 Sól [g] 6,9

Jadłospisy w dniu 2025-06-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-29 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
	Sz.Czem. wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132,2 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Sól [g] 6,4
	Sz.Czem. trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 300 ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 130 g Polędwica sopocka 40 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 934,9 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,8 Sól [g] 5,9
	Sz.Czem. papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) Pomidor rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędw ica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 739,5 Białko ogółem [g] 143,1 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 372,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Sól [g] 7
	Sz.Czem. przejerana	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	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 693,8 Białko ogółem [g] 69,2 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 194,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 2,2

2025-06-29 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) Jogurt 150 ml (BIA) Pasta warzywna 110 g Ogórki kiszzone 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 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 Pasta z ciecierzycy 110 g Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,3 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 358,5 Błonnik pokarmowy [g] 72,3 Sól [g] 5,5
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wiślowarzynny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony b/glutenu 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenow e 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,8 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 112,6 Węglowodany ogółem [g] 199,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 1,6
	Sz.Czem. bezsołna	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Pasta warzywna 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 713,7 Białko ogółem [g] 135,5 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 380,7 Błonnik pokarmowy [g] 63,4 Sól [g] 4,7
	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 wiślowarzynny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem b/zabielania 300 ml (SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 120 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 warzywna 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 712 Białko ogółem [g] 43,2 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 Sól [g] 3,6

Jadłospisy w dniu 2025-06-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-06-29 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wzradowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588 Białko ogółem [g] 140 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 335,1 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Sól [g] 7,6
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 wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Ogórki kiszzone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem b/z abielania 350 ml (SEL) Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukiinii 60 g Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,5 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 363,2 Błonnik pokarmowy [g] 72,6 Sól [g] 4,5
Sz.Czem. bogatobreszkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 459 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 346 Błonnik pokarmowy [g] 68,7 Sól [g] 4,2
Sz.Czem. ubogoenerygetyczna		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Pasta wielowarzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 451,5 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 190,7 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 3,8

Jadłospisy w dniu 2025-06-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-06-29 niedziela	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 z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIĘ) 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 poledwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 072,6 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 Sól [g] 6,4
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa			Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem zmięszowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml poledwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 846,4 Białko ogółem [g] 157,8 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Sól [g] 8,1
	Sz.Czem. przeterminowana 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	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 619,9 Białko ogółem [g] 57,4 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 202,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 2
	Sz.Czem. przeterminowana bogatobiałkowa			zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 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	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 839,3 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 3,3