

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-30 środa	Dieta podstawowa		Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczyno żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórek świeży 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczyno żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g sos tzatziki 30 g (BIA)	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 464,4 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 51,2 Sól [g] 3,1 WW [Por] 26,6 Cholesterol [mg] 267,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczyno żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczyno żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g sos tzatziki 30 g (BIA)	pieczyno żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 492 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 3,7 WW [Por] 27,9 Cholesterol [mg] 259,3
	Dieta łatwostrawna		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 60 g (MIĘ) sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 014,7 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 228,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 42,3 Sól [g] 2,4 WW [Por] 22,8 Cholesterol [mg] 221

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-30 środa	Dieta łatwostrawna 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 bs 130 g		Zupa zacierkowa b/m 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 893 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 198 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 36,6 Sól [g] 1,7 WW [Por] 19,9 Cholesterol [mg] 124,8
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Sok wielowarzywny 200 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sos tzatzyki 30 g (BIA) sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 410,8 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 61,2 Sól [g] 2,3 WW [Por] 25,4 Cholesterol [mg] 187,4

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-30 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml napój sojowy 250 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Zupa zacierkowa b/m 350 ml (SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g ketchup 30 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Szynka włoska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 347,9 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 280,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 3,8 WW [Por] 28 Cholesterol [mg] 222,1
	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa b/m 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 950,3 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 58,8 Sól [g] 2,6 WW [Por] 28,3 Cholesterol [mg] 117,4

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne z kasza 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa b/m 350 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 870 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 45,5 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 26 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 62,2 Sól [g] 2,7 WW [Por] 30,2 Cholesterol [mg] 117,4
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa zacierkowa miksowana 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g cukinia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 273,6 Białko ogółem [g] 136,2 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 3,2 WW [Por] 29,2 Cholesterol [mg] 248,2
	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	zupa zacierkowa miksowana 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g cukinia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 292,6 Białko ogółem [g] 137,1 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 3,2 WW [Por] 29,6 Cholesterol [mg] 248,2

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta płynna wzmocniona		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa zacierkowa wzmocniona miksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 725,9 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 202,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 2 WW [Por] 20,3 Cholesterol [mg] 522,9
Dieta płynna wzmocniona bez cukru		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok wielowarzywny 200 ml	zupa zacierkowa wzmocniona miksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 744,9 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 206,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 2 WW [Por] 20,7 Cholesterol [mg] 522,9
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Humus 100 g Ogórek świeży 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	zupa ziemniaczana wege 350 g (SEL) Pulpety warzywne z kaszą 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 025,4 Białko ogółem [g] 59,7 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 4,4 WW [Por] 29,3 Cholesterol [mg] 115

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna bezglutenowa		Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g		Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałata wiosenna z koperkiem 130 g sos tzatziki 30 g (BIA)	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,5 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 141,9 Węglowodany ogółem [g] 197,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 1,3 WW [Por] 19,7 Cholesterol [mg] 284,3
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 100 g Pomidor bs 130 g		zupa ziemniaczana 300 g (SEL) Pulpety warzywne z kaszą 110 g Kompot owocowy 250 ml Cukinia duszona 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g sałata wiosenna z koperkiem 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 687,8 Białko ogółem [g] 39,9 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 275,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 2,3 WW [Por] 27,6 Cholesterol [mg] 74,4

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Bułka wrocławska 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 250 g (<i>BIA</i>) Szynka staropolska 60 g (<i>MIĘ</i>) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Pulpety drobiowe gotowane 110 g (<i>MIĘ</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia duszona 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (<i>SEL</i>) Sos pomidorowy 50 g (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 60 g (<i>MIĘ</i>) Pomidor bs 130 g	Ser żółty 30 g (<i>BIA</i>) Bułka wrocławska 30 g (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 390,2 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 65,6 Sól [g] 3 WW [Por] 29,5 Cholesterol [mg] 221
	Dieta eliminacyjna wegańska	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 100 g Ogórek świeży 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Pulpety warzywne z kasza 110 g Kompot owocowy 250 ml zupa ziemniaczana wege 350 g (<i>SEL</i>) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 50 g (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 967,1 Białko ogółem [g] 47,1 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 55,1 Sól [g] 4,1 WW [Por] 30 Cholesterol [mg] 74,4

2025-07-30 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórek świeży 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa biała gotowana 120 g sałatka wiosenna z koperkiem 130 g sos tzatziki 30 g (BIA)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 576,3 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 107,6 Węglowodany ogółem [g] 294,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 3,8 WW [Por] 29,4 Cholesterol [mg] 267,9
	Dieta 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 Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g		Zupa zacierkowa 300 ml (SEL) Gołąbek francuski gotowany 110 g (GLU, MIĘ) Cukinia duszona 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 Szynka włoska 60 g (MIĘ) sałatka wiosenna z koperkiem 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 623,1 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 184 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 suma cukrów prostych [g] 28,2 Sól [g] 1,8 WW [Por] 18,3 Cholesterol [mg] 230,5
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa zacierkowa miksowana 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g cukinia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 968 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 260,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 2,6 WW [Por] 26 Cholesterol [mg] 207,6

Jadłospisy w dniu 2025-07-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-30 środa	Dieta papkowa bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	zupa zacierkowa miksowana 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g cukinia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA , MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,6 Białko ogółem [g] 137,1 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 3,2 WW [Por] 29,6 Cholesterol [mg] 248,2
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU , JAJ)		zupa zacierkowa wzmocniona miksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 604,1 Białko ogółem [g] 59,7 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 211,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 38,7 Sól [g] 1,6 WW [Por] 21,4 Cholesterol [mg] 77,7
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA , GLU , JAJ)	Sok wielowarzywny 200 ml	zupa zacierkowa wzmocniona miksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 744,9 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 206,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 2 WW [Por] 20,7 Cholesterol [mg] 522,9