

2025-07-31 czwartek

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta podstawowa	Dieta podstawowa	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	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 Szynka chłopska 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 941		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 510	Waga porcji [g]: 130	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 847,2 Białko ogółem [g] 29,4 Tłuszcz [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 101,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 30,8 Sól [g] 2,9 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 77,1		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 845,4 Białko ogółem [g] 50,9 Tłuszcz [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 128,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 suma cukrów prostych [g] 18,1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 12,9 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 581,9 Białko ogółem [g] 40,5 Tłuszcz [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 5,1 Sól [g] 1,1 WW [Por] 6,5 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 98,5 Białko ogółem [g] 8,7 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,5 Sól [g] 0,2 WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 373 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Błonnik pokarmowy [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 5,1 WW [Por] 30,7 Cholesterol [mg] 296,1
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 941	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 130	

2025-07-31 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 847,2 Białko ogółem [g] 29,4 Tłuszcz [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 101,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 30,8 Sól [g] 2,9 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 77,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 845,4 Białko ogółem [g] 50,9 Tłuszcz [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 128,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 suma cukrów prostych [g] 18,1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 12,9 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 626,7 Białko ogółem [g] 41,5 Tłuszcz [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 75,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 5,7 Sól [g] 1,4 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 120,9 Białko ogółem [g] 9,3 Tłuszcz [g] 2,4 Węglowodany ogółem [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,8 Sól [g] 0,4 WW [Por] 1,7 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,2 Białko ogółem [g] 145,1 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 58,8 Sól [g] 5,7 WW [Por] 32,6 Cholesterol [mg] 308,9
	Dieta łatwostrawna	Składniki	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 1 szt ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	
			Waga porcji [g]: 861		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 130	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 746,3 Białko ogółem [g] 22,9 Tłuszcz [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 104,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 suma cukrów prostych [g] 26,5 Sól [g] 2,1 WW [Por] 10,5 Cholesterol [mg] 60,9		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 867,2 Białko ogółem [g] 51,6 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 135,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 552,1 Białko ogółem [g] 39,8 Tłuszcz [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 57,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 4,7 Sól [g] 0,9 WW [Por] 5,8 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 98,5 Białko ogółem [g] 8,7 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,5 Sól [g] 0,2 WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 264,1 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 308,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 43,1 Sól [g] 3,9 WW [Por] 31,2 Cholesterol [mg] 279,9
	Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki kajzerka 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g		zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 696		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek	Dieta łatwostrawna bezmleczna		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 741,5 Białko ogółem [g] 18,1 Tłuszcz [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 90,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 24,5 Sól [g] 2,3 WW [Por] 9 Cholesterol [mg] 69,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 765,8 Białko ogółem [g] 41,7 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 135,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,6 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 58,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 552,1 Białko ogółem [g] 39,8 Tłuszcz [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 57,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 4,7 Sól [g] 0,9 WW [Por] 5,8 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sól [g] 3,8 WW [Por] 29,5 Cholesterol [mg] 241	
		Składniki	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotwana 180 g (GLU) Dynia gotwana 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	
	Dieta bogatobiałkowa		Waga porcji [g]: 881	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 130	

2025-07-31 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 798,8 Białko ogółem [g] 25,7 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 93,7 Błonnik pokarmowy [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 17,7 Sól [g] 2,6 WW [Por] 9,4 Cholesterol [mg] 77,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 867,2 Białko ogółem [g] 51,6 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 135,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 552,1 Białko ogółem [g] 39,8 Tłuszcz [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 57,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 4,7 Sól [g] 0,9 WW [Por] 5,8 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 98,5 Białko ogółem [g] 8,7 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,5 Sól [g] 0,2 WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 415,6 Białko ogółem [g] 139,8 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 300,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 36,7 Sól [g] 4,5 WW [Por] 30,4 Cholesterol [mg] 308,9
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Nektarynka 1 szt	zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 796	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 250	

Jadłospisy w dniu 2025-07-31 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 754,4 Białko ogółem [g] 21,7 Tłuszcz [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 89,1 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 30,1 Sól [g] 2,8 WW [Por] 8,8 Cholesterol [mg] 69,6	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 50 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 suma cukrów prostych [g] 9 Sól [g] 1,2 WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg]	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 744 Białko ogółem [g] 41 Tłuszcz [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 128,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 18,1 Sól [g] 0,8 WW [Por] 12,9 Cholesterol [mg] 58,6	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 626,7 Białko ogółem [g] 41,5 Tłuszcz [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 75,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 5,7 Sól [g] 1,4 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 108,1 Białko ogółem [g] 2,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 4,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 0,3 WW [Por] 2,5 Cholesterol [mg]	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 283,2 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 330,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 5,3 WW [Por] 33 Cholesterol [mg] 241
	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki kajzerka 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Filet kruchy 60 g (<i>MIĘ</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Składniki Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (<i>MIĘ</i>) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (<i>GLU</i>) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (<i>SEL</i>) Sos jasnyb/m 50 g (<i>GLU</i>)	Składniki Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g Szynka chłopska 60 g (<i>MIĘ</i>)	Składniki Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 710		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek

Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 432,6 Białko ogółem [g] 23,7 Tłuszcz [g] 10,3 Węglowodany ogółem [g] 78,9 Błonnik pokarmowy [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,9 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 2,5 WW [Por] 7,9 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 765,8 Białko ogółem [g] 41,7 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 135,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,6 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 58,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 618,9 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 81,1 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 1,3 WW [Por] 8,2 Cholesterol [mg] 88	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,8 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 857,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 305,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 4,4 WW [Por] 30,8 Cholesterol [mg] 159
kajzerka 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Salata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Filet kruchy 40 g (<i>MIĘ</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (<i>MIĘ</i>) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (<i>GLU</i>) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Salata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g Szynka chłopska 40 g (<i>MIĘ</i>) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	
Waga porcji [g]: 710		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 150	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Składniki

2025-07-31 czwartek

Dieta łatwa z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 432,6 Białko ogółem [g] 19,9 Tłuszcz [g] 10,1 Węglowodany ogółem [g] 78,3 Błonnik pokarmowy [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,9 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 2,1 WW [Por] 7,9 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 710,4 Białko ogółem [g] 41,1 Tłuszcz [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 132 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 10,3 Sól [g] 0,6 WW [Por] 13,4 Cholesterol [mg] 46,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 667,7 Białko ogółem [g] 40,1 Tłuszcz [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 103,7 Błonnik pokarmowy [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6 suma cukrów prostych [g] 9,4 Sól [g] 1,3 WW [Por] 10,4 Cholesterol [mg] 62,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 850,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 39,7 Sól [g] 4 WW [Por] 32,7 Cholesterol [mg] 121,4
Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	
Waga porcji [g]: 821		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 425	Waga porcji [g]: 150	

Dieta papkowata

Składniki

2025-07-31 czwartek

Dieta papkowata

Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 794,2 Białko ogółem [g] 25,1 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 91,4 Błonnik pokarmowy [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 2,5 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 77,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 811,3 Białko ogółem [g] 51,1 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 124,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,6 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 742 Białko ogółem [g] 35,3 Tłuszcz [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 103,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 16,4 Sól [g] 1,2 WW [Por] 10,5 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 387,5 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 4,4 WW [Por] 33,3 Cholesterol [mg] 232,4
bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	
Waga porcji [g]: 821	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 425	Waga porcji [g]: 150	

Dieta papkowata bez cukru

Składniki

Jadłospisy w dniu 2025-07-31 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta papkowata bez cukru	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 794,2 Białko ogółem [g] 25,1 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 91,4 Błonnik pokarmowy [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 2,5 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 77,1	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 811,3 Białko ogółem [g] 51,1 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 124,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,6 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 742 Białko ogółem [g] 35,3 Tłuszcz [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 103,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 16,4 Sól [g] 1,2 WW [Por] 10,5 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486,5 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 4,5 WW [Por] 33,6 Cholesterol [mg] 245,2
	Dieta płynna wzmocniona	Składniki zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>) Waga porcji [g]: 500 Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4 Cholesterol [mg] 433,2		Składniki zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml Waga porcji [g]: 650 Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 468,7 Białko ogółem [g] 24,1 Tłuszcz [g] 10,8 Węglowodany ogółem [g] 76,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,9 suma cukrów prostych [g] 14,1 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 58,3	Składniki Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>BIA, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Waga porcji [g]: 550 Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9 Cholesterol [mg]	Składniki Mus owocowy 150 g Waga porcji [g]: 150 Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 695,5 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 216,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 2,3 WW [Por] 21,9 Cholesterol [mg] 491,5

2025-07-31 czwartek	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 468,7 Białko ogółem [g] 24,1 Tłuszcz [g] 10,8 Węglowodany ogółem [g] 76,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,9 suma cukrów prostych [g] 14,1 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 58,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1794,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 2,4 WW [Por] 22,2 Cholesterol [mg] 504,3
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Wędlna wege 60 g Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Kotletsojowy 90 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotwana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	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 Serek topiony 60 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)		
		Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 080	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 130		

2025-07-31 czwartek	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 701,1 Białko ogółem [g] 26,4 Tłuszcz [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 99,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 29,5 Sól [g] 3 WW [Por] 9,9 Cholesterol [mg] 44,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 701,1 Białko ogółem [g] 25,5 Tłuszcz [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 128,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 18 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,8 Cholesterol [mg] 53,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 559,1 Białko ogółem [g] 17,6 Tłuszcz [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 67,1 Błonnik pokarmowy [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,6 suma cukrów prostych [g] 5,1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,7 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 98,5 Białko ogółem [g] 8,7 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,5 Sól [g] 0,2 WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 158,8 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 4,9 WW [Por] 30,9 Cholesterol [mg] 154,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	
			Waga porcji [g]: 861		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 130	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 727,1 Białko ogółem [g] 17,7 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 suma cukrów prostych [g] 25,3 Sól [g] 1,5 WW [Por] 4,8 Cholesterol [mg] 77,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 760,3 Białko ogółem [g] 53,2 Tłuszcz [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 113,5 Błonnik pokarmowy [g] 20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,4 suma cukrów prostych [g] 18,1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 11,3 Cholesterol [mg] 87	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 579,7 Białko ogółem [g] 35,6 Tłuszcz [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 26,2 Błonnik pokarmowy [g] 6,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 suma cukrów prostych [g] 4,1 Sól [g] 0,3 WW [Por] 2,7 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 106,8 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 7,9 Węglowodany ogółem [g] 2 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,1 suma cukrów prostych [g] 1,3 Sól [g] WW [Por] 0,2 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,9 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 119,9 Węglowodany ogółem [g] 189,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sól [g] 2,7 WW [Por] 19 Cholesterol [mg] 283,7
	Dieta niskobiałkowa	Składniki kajzerka 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Dynia gotowana 150 g Kasza jęczmienna gotowana 150 g (<i>GLU</i>) zupa koperkowa z ziemniakami b/m 300 ml (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 770		Waga porcji [g]: 1 060	Waga porcji [g]: 340	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek	Dieta niskobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 478,2 Białko ogółem [g] 11,4 Tłuszcz [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 76,1 Błonnik pokarmowy [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,1 suma cukrów prostych [g] 20,5 Sól [g] 1,1 WW [Por] 7,7 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 592,5 Białko ogółem [g] 17,8 Tłuszcz [g] 3,4 Węglowodany ogółem [g] 134,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 0,4 WW [Por] 13,6 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 406,7 Białko ogółem [g] 10,4 Tłuszcz [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 57,1 Błonnik pokarmowy [g] 5,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2 suma cukrów prostych [g] 8,5 Sól [g] 0,9 WW [Por] 5,7 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 1 517,4 Białko ogółem [g] 39,9 Tłuszcz [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 277,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 2,4 WW [Por] 28 Cholesterol [mg] 74,4	
			Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki	kajzerka 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Filet kruchy 60 g (<i>MIĘ</i>) Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (<i>BIA</i>)	Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (<i>MIĘ</i>) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (<i>GLU</i>) Dyńa gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (<i>SEL</i>) Sos jasnyb/m 50 g (<i>GLU</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 chłopska 60 g (<i>MIĘ</i>) Pasta z zielonego groszku 130 g
			Waga porcji [g]: 910	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 533,9 Białko ogółem [g] 28,9 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 81,6 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 16,2 Sól [g] 2,4 WW [Por] 8,2 Cholesterol [mg] 44,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 867,2 Białko ogółem [g] 51,6 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 135,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 693,7 Białko ogółem [g] 43,6 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 81,1 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 1,3 WW [Por] 8,2 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 233,8 Białko ogółem [g] 138,4 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 42,8 Sól [g] 4,5 WW [Por] 31,4 Cholesterol [mg] 269,7
	Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki kajzerka 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Nektarynka 1 szt	Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	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 Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 835	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 355	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek	Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 619,9 Białko ogółem [g] 15,2 Tłuszcz [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 106,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 34,9 Sól [g] 1,4 WW [Por] 10,7 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 50 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9 Sól [g] WW [Por] 1,2 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 699,8 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 8,3 Węglowodany ogółem [g] 147,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,3 suma cukrów prostych [g] 21,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 14,8 Cholesterol [mg] 12,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 547,3 Białko ogółem [g] 17 Tłuszcz [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 85,8 Błonnik pokarmowy [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 8,7 Sól [g] 1,1 WW [Por] 8,6 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957 Białko ogółem [g] 53 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 362 Błonnik pokarmowy [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 81,8 Sól [g] 3,2 WW [Por] 36,3 Cholesterol [mg] 86,8
			Waga porcji [g]: 941		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 130	
	Dieta bogatoresztkowa	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU , ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA , GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 847,2 Białko ogółem [g] 29,4 Tłuszcz [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 101,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 30,8 Sól [g] 2,9 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 77,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 845,4 Białko ogółem [g] 50,9 Tłuszcz [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 128,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 suma cukrów prostych [g] 18,1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 12,9 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 626,7 Białko ogółem [g] 41,5 Tłuszcz [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 75,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 5,7 Sól [g] 1,4 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 120,9 Białko ogółem [g] 9,3 Tłuszcz [g] 2,4 Węglowodany ogółem [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 1,8 Sól [g] 0,4 WW [Por] 1,7 Cholesterol [mg] 6,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,2 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 5,6 WW [Por] 32,3 Cholesterol [mg] 296,1
	Dieta ubogoenergetyczna	Składniki Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		zupa koperkowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIE) Dynia gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 150 g (GLU) Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 40 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	
		Waga porcji [g]: 710		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek

Dieta ubogoenergetyczna

Wartość odżywcza w porcji

Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 297,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 7,8 Węglowodany ogółem [g] 56,5 Błonnik pokarmowy [g] 7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,3 suma cukrów prostych [g] 21,5 Sól [g] 2,1 WW [Por] 5,6 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 692,1 Białko ogółem [g] 39,8 Tłuszcz [g] 11,2 Węglowodany ogółem [g] 118,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 8,9 Sól [g] 0,5 WW [Por] 12 Cholesterol [mg] 58,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 374 Białko ogółem [g] 28,8 Tłuszcz [g] 9,5 Węglowodany ogółem [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 4,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 4,8 Cholesterol [mg] 62,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 403,6 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 232,3 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 suma cukrów prostych [g] 42,7 Sól [g] 3,3 WW [Por] 23,4 Cholesterol [mg] 133,8

Dieta papkowata bezmleczna

Składniki

Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 10 g Sok wielowarzywny 200 ml		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	
Waga porcji [g]: 671		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150	

2025-07-31 czwartek

Dieta papkowata beznleczna

Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 691,7 Białko ogółem [g] 17,1 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 77,3 Błonnik pokarmowy [g] 6,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 suma cukrów prostych [g] 16,3 Sól [g] 2,2 WW [Por] 7,7 Cholesterol [mg] 69,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 811,3 Białko ogółem [g] 51,1 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 124,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,6 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 543,3 Białko ogółem [g] 16,7 Tłuszcz [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 85 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,1 WW [Por] 8,5 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[k cal] [kcal] 2 086,3 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 296,5 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sól [g] 4 WW [Por] 29,8 Cholesterol [mg] 206,2
Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g dynia gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	
Waga porcji [g]: 821	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 425	Waga porcji [g]: 150	

Dieta papkowata bogatobiałkowa

Składniki

Jadłospisy w dniu 2025-07-31 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-31 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 794,2 Białko ogółem [g] 25,1 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 91,4 Błonnik pokarmowy [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 2,5 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 77,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 811,3 Białko ogółem [g] 51,1 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 124,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 12,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,6 Cholesterol [mg] 99,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 742 Białko ogółem [g] 35,3 Tłuszcz [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 103,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 16,4 Sól [g] 1,2 WW [Por] 10,5 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486,5 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 4,5 WW [Por] 33,6 Cholesterol [mg] 245,2
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna	Składniki zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (<i>GLU, JAJ</i>) Waga porcji [g]: 500		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml Waga porcji [g]: 650	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Waga porcji [g]: 550	Mus owocowy 150 g Waga porcji [g]: 150	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 586,9 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 10 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,3 Cholesterol [mg]		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 468,7 Białko ogółem [g] 24,1 Tłuszcz [g] 10,8 Węglowodany ogółem [g] 76,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,9 suma cukrów prostych [g] 14,1 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 58,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 621,6 Białko ogółem [g] 63 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 224,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 2,1 WW [Por] 22,8 Cholesterol [mg] 58,3

Jadłospisy w dniu 2025-07-31 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-07-31 czwartek	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 468,7 Białko ogółem [g] 24,1 Tłuszcz [g] 10,8 Węglowodany ogółem [g] 76,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,9 suma cukrów prostych [g] 14,1 Sól [g] 0,7 WW [Por] 7,6 Cholesterol [mg] 58,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,8 Sól [g] 1 WW [Por] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1794,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 2,4 WW [Por] 22,2 Cholesterol [mg] 504,3