

2025-07-02 środa

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz Czern. podstawowa			Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU)	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 Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,4 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 4,6
			Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,2 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 284,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 3,4
			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 warzywna 110 g Pomidor 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 819,7 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sól [g] 3,1
			Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,2 Białko ogółem [g] 121,8 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 288,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 3,4

2025-07-02 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wątrobowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g Pierś wędzona z indyka 40 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 959,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 329 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 3,3
Sz.Czem. trzustkowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml (GLU, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g Pierś wędzona z indyka 40 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 829 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 329 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 3,2
Sz.Czem. papkowata		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) 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 pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,6 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 4
Sz.Czem. przezierana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 736 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 1,9

2025-07-02 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wegėtariańska		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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU)	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 Wędłina w ege 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 241 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 5,8
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki kukurydżiane na mleku 250 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Makaron bezglutenowy 180 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 272,5 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 127 Węglowodany ogółem [g] 202,9 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 2,6
	Sz.Czem. bezsoła	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 520,6 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 355,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 3,9
	Sz.Czem. niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Sos warzywny 100 g (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś z indyka gotowana 40 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 738,2 Białko ogółem [g] 40,3 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,5 Sól [g] 3,3

2025-07-02 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. wrzodowa		Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Zacierki na mleku 250 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE , SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU , SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g Makaron gotowany 180 g (GLU)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 502,6 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 351,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 3,8
Sz.Czem. wegańska		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 warzywna 60 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny z kaszą 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU , SEL) Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztet z cukinii 110 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 096,8 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Sól [g] 3,2
Sz.Czem. bogatobiałkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka z buraka i fety 130 g (BIA)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 470,3 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 5,3
Sz.Czem. ubogoeniektyczna		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL) Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Makaron gotowany 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś wędzona z indyka 40 g Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 275,1 Białko ogółem [g] 70,2 Tłuszcz [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 228,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 1,6

Jadłospisy w dniu 2025-07-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-07-02 środa	Sz.Czem. papkowata b/m		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta warzywna 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) 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 Pierś wędzona z indyka 60 g Warzywa gotowane 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 982,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sól [g] 3,5
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) 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 pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 470 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 4
	Sz.Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 639,2 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 208,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 1,7
	Sz.Czem. przederana bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 755 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 201,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sól [g] 1,9