

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-08-14 czwartek	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) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka z marchewki 150 g	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 galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)
			Waga porcji [g]: 900		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 510	Waga porcji [g]: 101
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 802,7 Białko ogółem [g] 45,9 Tłuszcz [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 99,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,9 WW [Por] 10 Cholesterol [mg] 75,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 755,1 Białko ogółem [g] 49,2 Tłuszcz [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,9 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 81,7	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] 185,7 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,5 WW [Por] 1,1 Cholesterol [mg] 360
	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) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)
			Waga porcji [g]: 900	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101

		SUMA	
2025-08-14 czwartek	Dieta podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325,4 Białko ogółem [g] 149,4 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 267,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 4,4 WW [Por] 26,8 Cholesterol [mg] 629,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-08-14 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna [kcal] 802,7 Białko ogółem [g] 45,9 Tłuszcz [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 99,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,9 WW [Por] 10 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna[kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] 755,1 Białko ogółem [g] 49,2 Tłuszcz [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,9 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna[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] 208,1 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,6 Cholesterol [mg] 360
	Dieta łatwostrawna	Składniki		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczwyo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczwyo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)
				Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101
Wartość odżywcza w porcji			Wartość energetyczna [kcal] 1 140,2 Białko ogółem [g] 53 Tłuszcz [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 171,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 36,3 Sól [g] 2,8 WW [Por] 17,2 Cholesterol [mg] 75,4		Wartość energetyczna [kcal] 793,2 Białko ogółem [g] 54,7 Tłuszcz [g] 11,2 Węglowodany ogółem [g] 127 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 1 WW [Por] 12,8 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna [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
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Pieczwyo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczwyo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 636		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 101

2025-08-14 czwartek		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		SUMA
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 542,5 Białko ogółem [g] 157,9 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 5,1 WW [Por] 30,7 Cholesterol [mg] 644,9
Dieta łatwostrawna			Składniki	
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 671,2 Białko ogółem [g] 161,3 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 366,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 5,2 WW [Por] 36,9 Cholesterol [mg] 623,6
Dieta łatwostrawna bezmleczna			Składniki	

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 905,9 Białko ogółem [g] 31 Tłuszcz [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 149,2 Błonnik pokarmowy [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 suma cukrów prostych [g] 25,7 Sól [g] 4,1 WW [Por] 15 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 917,1 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 127,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 1,1 WW [Por] 12,8 Cholesterol [mg] 123,7	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] 185,7 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,5 WW [Por] 1,1 Cholesterol [mg] 360
	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) 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 galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 801	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101
Dieta bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 140,2 Białko ogółem [g] 53 Tłuszcz [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 171,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 36,3 Sól [g] 2,8 WW [Por] 17,2 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 917,1 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 127,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 1,1 WW [Por] 12,8 Cholesterol [mg] 123,7	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] 185,7 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,5 WW [Por] 1,1 Cholesterol [mg] 360
	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 Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna						

2025-08-14 czwartek

Dieta łatwostrawna bezmleczna	SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 560,8 Białko ogółem [g] 149,2 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 344,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 6,6 WW [Por] 34,7 Cholesterol [mg] 633,7
	Składniki	
Dieta bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 945 Białko ogółem [g] 178,2 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 388,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 5,5 WW [Por] 39,2 Cholesterol [mg] 686,9
	Składniki	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Składniki	

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna		Waga porcji [g]: 735	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 101
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 568,4 Białko ogółem [g] 24 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 77,5 Błonnik pokarmowy [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 21,6 Sól [g] 3,2 WW [Por] 7,8 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] WW [Por] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] 755,1 Białko ogółem [g] 49,2 Tłuszcz [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,9 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna [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] 208,1 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,6 Cholesterol [mg] 360
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	Kajzerka 2 szt (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (<i>BIA</i>) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (<i>BIA</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (<i>MIĘ</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 g (<i>SEL</i>)	Bułka wrodawska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta zielonego groszku 130 g Szynka galicyjska 60 g (<i>MIĘ</i>)	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
		Waga porcji [g]: 621		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 939,5 Białko ogółem [g] 45,7 Tłuszcz [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 147,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 24,2 Sól [g] 2,7 WW [Por] 14,8 Cholesterol [mg] 43,1		Wartość energetyczna [kcal] 636,4 Białko ogółem [g] 50,8 Tłuszcz [g] 9,2 Węglowodany ogółem [g] 94,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 24 Sól [g] 0,8 WW [Por] 9,5 Cholesterol [mg] 70,5	Wartość energetyczna [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] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]

2025-08-14 czwartek		Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna		SUMA
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,3 Białko ogółem [g] 129,9 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 265,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 6,2 WW [Por] 26,6 Cholesterol [mg] 591,7
			Składniki	
		Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 2 225,4 Białko ogółem [g] 142 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sól [g] 4,8 WW [Por] 32,8 Cholesterol [mg] 201,6

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 g (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrodawska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 621		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 360	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 913,1 Białko ogółem [g] 42 Tłuszcz [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 146,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,8 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 2,7 WW [Por] 14,7 Cholesterol [mg] 39,7		Wartość energetyczna [kcal] 604,4 Białko ogółem [g] 50,1 Tłuszcz [g] 9,2 Węglowodany ogółem [g] 86,8 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 0,8 WW [Por] 8,8 Cholesterol [mg] 70,5	Wartość energetyczna [kcal] 446,1 Białko ogółem [g] 26 Tłuszcz [g] 9,8 Węglowodany ogółem [g] 83 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,2 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 2,4 WW [Por] 8,3 Cholesterol [mg] 12,4	Wartość energetyczna [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]
Dieta papkowata	Składniki	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 350 g (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 860		Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150

2025-08-14 czwartek		SUMA	
		Skladniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,2 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 329,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 5,9 WW [Por] 33,1 Cholesterol [mg] 122,6
Dieta papkowata		Skladniki	

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowata	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 798,6 Białko ogółem [g] 43,7 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 100,8 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 27,9 Sól [g] 1,5 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 75,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 WW [Por] 10,2 Cholesterol [mg] 13,6	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] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 1,3 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]
	Składniki	bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt naturalny 150 g (<i>BIA</i>) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (<i>BIA</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (<i>BIA</i>)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 350 g (<i>SEL</i>) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (<i>BIA, GLU</i>)	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g (<i>MIĘ</i>) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
Dieta papkowata bez cukru		Waga porcji [g]: 860	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 798,6 Białko ogółem [g] 43,7 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 100,8 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 27,9 Sól [g] 1,5 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 WW [Por] 10,2 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 692,1 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 80,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 5,9 Sól [g] 1,3 WW [Por] 8,1 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 1,3 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JA J</i>)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>BIA, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150

2025-08-14 czwartek			
Dieta papkowata		SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 286,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 3,4 WW [Por] 28,8 Cholesterol [mg] 201,8	
Dieta papkowata bez cukru	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,3 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 3,6 WW [Por] 31 Cholesterol [mg] 216,8	
Dieta płynna wzmocniona	Składniki		

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek	Dieta płynna wzmocniona	Wartość odżywcza w porcji	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
			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] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,4 WW [Por] 4 Cholesterol [mg]	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] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JA J</i>)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (<i>BIA</i>)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>BIA, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	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] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,4 WW [Por] 4 Cholesterol [mg]	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] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]
	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	bułka żytnia 100 g (<i>GLU, ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt naturalny 150 g (<i>BIA</i>) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (<i>BIA</i>) Ogórek świeży 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (<i>BIA</i>)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (<i>SEL</i>) Klops z soczewicy 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>)
			Waga porcji [g]: 900	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 570	Waga porcji [g]: 101

2025-08-14 czwartek

Dieta płynna wzmocniona	SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 388,9 Białko ogółem [g] 58,5 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 173,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 61 Sól [g] 2 WW [Por] 17,6 Cholesterol [mg] 433,2
	Składniki	
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 538,8 Białko ogółem [g] 65,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 195,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 2,2 WW [Por] 19,9 Cholesterol [mg] 448,2
	Składniki	
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 802,7 Białko ogółem [g] 45,9 Tłuszcz [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 99,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,9 WW [Por] 10 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 614,5 Białko ogółem [g] 20,7 Tłuszcz [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 111 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,7 WW [Por] 11,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 500,2 Białko ogółem [g] 18,2 Tłuszcz [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 81,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,6 suma cukrów prostych [g] 6,6 Sól [g] 1 WW [Por] 8,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 185,7 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,5 WW [Por] 1,1 Cholesterol [mg] 360
	Składniki	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g
Dieta eliminacyjna bezglutenowa		Waga porcji [g]: 720		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 619,1 Białko ogółem [g] 30 Tłuszcz [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 0,4 WW [Por] 3,6 Cholesterol [mg] 67,9		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 699,7 Białko ogółem [g] 48,6 Tłuszcz [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 88,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,8 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,9 WW [Por] 8,9 Cholesterol [mg] 69,3	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] 194 Białko ogółem [g] 12,5 Tłuszcz [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 1,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3 suma cukrów prostych [g] 0,4 Sól [g] 0,4 WW [Por] 0,2 Cholesterol [mg] 360

2025-08-14 czwartek		SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 4,3 WW [Por] 32,7 Cholesterol [mg] 487,6
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,5 Białko ogółem [g] 126,7 Tłuszcz [g] 116,9 Węglowodany ogółem [g] 152 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 2 WW [Por] 15,4 Cholesterol [mg] 610

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-08-14 czwartek	Dieta niskobiałkowa	Składniki Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta zbrokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrodawska 60 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 651		Waga porcji [g]: 990	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 200
		Wartość energetyczna[kcal] 532,3 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 85,2 Błonnik pokarmowy [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,3 suma cukrów prostych [g] 19,4 Sól [g] 1,2 WW [Por] 8,5 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] 572,4 Białko ogółem [g] 16,1 Tłuszcz [g] 6,7 Węglowodany ogółem [g] 120,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 27,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 12,1 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna[kcal] 376,2 Białko ogółem [g] 10,4 Tłuszcz [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 7,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 suma cukrów prostych [g] 6,4 Sól [g] 0,7 WW [Por] 5,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrodawska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 821	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 200

2025-08-14 czwartek		SUMA	
Dieta niskobiałkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 533,5 Białko ogółem [g] 40,4 Tłuszcz [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 269,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 2,6 WW [Por] 27 Cholesterol [mg] 88	
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki		

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość odżywcza w porcji	Śniadanie Wartość energetyczna[kcal] 1 100,2 Białko ogółem [g] 52,6 Tłuszcz [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 161,7 Błonnik pokarmowy [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 28,5 Sól [g] 2,8 WW [Por] 16,3 Cholesterol [mg] 75,4	2. śniadanie Wartość energetyczna[kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Obiad Wartość energetyczna[kcal] 917,1 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 127,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 1,1 WW [Por] 12,8 Cholesterol [mg] 123,7	Kolacja Wartość energetyczna[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	Posiłek nocny Wartość energetyczna[kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]
		Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta zbrokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Klops z soczewicy 110 g	Bułka wrodawska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 636	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 200	
	Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 862,8 Białko ogółem [g] 22,3 Tłuszcz [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 151,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1 suma cukrów prostych [g] 26,7 Sól [g] 2,4 WW [Por] 15,3 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] WW [Por] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] 568,3 Białko ogółem [g] 23,6 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 120,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 0,6 WW [Por] 12,1 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] 612 Białko ogółem [g] 21,3 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 97,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 7,5 Sól [g] 1,1 WW [Por] 9,8 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]

2025-08-14 czwartek

Dieta eliminacyjna wegańska	Skladniki	Wartość odżywcza w porcji	SUMA
			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 913,5
			Białko ogółem [g] 167,9
			Tłuszcz [g] 81,1
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Węglowodany ogółem [g] 405,2
			Błonnik pokarmowy [g] 44,1
			Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8
			suma cukrów prostych [g] 87,2
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Sól [g] 5,4
			WW [Por] 40,9
			Cholesterol [mg] 326,9
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 114,7
			Białko ogółem [g] 68,2
			Tłuszcz [g] 40,8
			Węglowodany ogółem [g] 387,2
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Błonnik pokarmowy [g] 52,4
			Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4
			suma cukrów prostych [g] 71,2
			Sól [g] 4,1
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	WW [Por] 38,9
			Cholesterol [mg] 75,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta bogatoresztkowa	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)
		Waga porcji [g]: 920		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 101
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 762,7 Białko ogółem [g] 45,6 Tłuszcz [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 90 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 24,4 Sól [g] 1,9 WW [Por] 9 Cholesterol [mg] 75,4		Wartość energetyczna [kcal] 755,1 Białko ogółem [g] 49,2 Tłuszcz [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 18,9 Sól [g] 0,9 WW [Por] 9,2 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna [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] 208,1 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 1,6 Cholesterol [mg] 360
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 Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 700		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 150

2025-08-14 czwartek		SUMA	
Dieta bogatoresztkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,6 Białko ogółem [g] 150,6 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 274 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 4,9 WW [Por] 27,4 Cholesterol [mg] 629,9	
Dieta ubogoenergetyczna	Składniki		

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 492,2 Białko ogółem [g] 32,2 Tłuszcz [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 62,9 Błonnik pokarmowy [g] 6,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,9 suma cukrów prostych [g] 30 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,3 Cholesterol [mg] 43,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 634,2 Białko ogółem [g] 48 Tłuszcz [g] 8,6 Węglowodany ogółem [g] 98,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,3 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 0,8 WW [Por] 9,9 Cholesterol [mg] 64,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 431,6 Białko ogółem [g] 38,5 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 4,5 Sól [g] 0,7 WW [Por] 4,8 Cholesterol [mg] 88	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 0,3 WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]
	Składniki	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta zbrokuła i cukinii 110 g pomidorbs rozdrobniony 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 350 g (<i>SEL</i>) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (<i>GLU</i>)	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g (<i>MIE</i>) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
Dieta papkowata beznleczna	Waga porcji [g]:	690		1 030	350	200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 527,7 Białko ogółem [g] 13,3 Tłuszcz [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 82,9 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 20 Sól [g] 1,1 WW [Por] 8,3 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 WW [Por] 10,2 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 692,1 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 80,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 5,9 Sól [g] 1,3 WW [Por] 8,1 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] 1,3 WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]

2025-08-14 czwartek		Dieta ubogoenergetyczna	SUMA
			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 588,6 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 211,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 2,4 WW [Por] 21,3 Cholesterol [mg] 195,3
		Dieta papkowata beznleczna	Składniki
			Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 768,5 Białko ogółem [g] 71,1 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 278,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 3 WW [Por] 27,9 Cholesterol [mg] 163,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-14 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-14 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 350 g (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrodawska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	
			Waga porcji [g]: 860	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 798,6 Białko ogółem [g] 43,7 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 100,8 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 27,9 Sól [g] 1,5 WW [Por] 10,1 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 WW [Por] 10,2 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna [kcal] 692,1 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 80,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 5,9 Sól [g] 1,3 WW [Por] 8,1 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]	
			Składniki	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml
				Waga porcji [g]: 350		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] 447,5 Białko ogółem [g] 18,7 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 17,9 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,7 Cholesterol [mg] 29,1		Wartość energetyczna [kcal] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,4 WW [Por] 4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [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] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] WW [Por] 1,3 Cholesterol [mg]
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna							

2025-08-14 czwartek

		SUMA
Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,3 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 3,6 WW [Por] 31 Cholesterol [mg] 216,8
Dieta płynna wzmocniona beznleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 197,6 Białko ogółem [g] 43,9 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 186,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 55,9 Sól [g] 1,8 WW [Por] 18,9 Cholesterol [mg] 29,1

2025-08-14 czwartek	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
		Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JA J)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [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] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 WW [Por] 2,3 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 0,4 WW [Por] 4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [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] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] WW [Por] 0,3 Cholesterol [mg]	

		SUMA	
2025-08-14 czwartek	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 538,8 Białko ogółem [g] 65,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 195,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 2,2 WW [Por] 19,9 Cholesterol [mg] 448,2