

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-10 niedziela	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE)		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 034,9 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 276,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 228,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) Ogórki kiszzone 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,8 Białko ogółem [g] 137,4 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Błonnik pokarmowy [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 240,6
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE)		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopočka 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126,2 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 277,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 59,8 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 265,8

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 820,2 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 250,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 233,1
Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml 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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,7 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 280,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 59,8 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 265,8
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) 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 Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 892,9 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 59,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 207,9

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIE)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 133,1 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 198,5
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g Polędwica sopocka 40 g (MIE)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 976,8 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 354 Błonnik pokarmowy [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 101,6 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 86,5
Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) Pomidor rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorow a z ryżem zmiiksowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka 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 polędwica sopocka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 682,7 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 375,9 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 91,1 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 295,9

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowata bez cukru		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorow a z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml poledw ica sopocka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 789,6 Białko ogółem [g] 158,2 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 370,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 8,1 Cholesterol [mg] 295,9
Dieta płynna wzmocniona		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 693,8 Białko ogółem [g] 69,2 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 194,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,8
Dieta płynna wzmocniona bez cukru		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa pomidorow a z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 839,3 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 481,8

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 110 g Ogórki kiszzone 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, 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 Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,6 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Błonnik pokarmowy [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 484,9
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzynny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony b/glutenu 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 900,5 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 185,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 63 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 199,1
Dieta 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 wielowarzynny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 300 ml (SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 120 g Ziemniaki gotowane 150 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 658,2 Białko ogółem [g] 43,8 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 99,3 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 104,3

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Kotlet mielony got.na parze 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 514,1 Białko ogółem [g] 137,1 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 337,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 83,3 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 255,6
Dieta eliminacyjna wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Ogórki kiszone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorow a z ryżem b/z abielania 350 ml (SEL) Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 110 g Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 061,7 Białko ogółem [g] 66 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 375,4 Błonnik pokarmowy [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 124,3 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 107,2
Dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórki kiszone 130 g Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE)		Zupa pomidorow a z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 283,3 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 69,5 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 240,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-10 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta ubogoenergetyczna		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony pieczony 110 g (GLU, MIE) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 40 g (MIE) Pasta wielowarzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 398,6 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 186,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 45,4 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 174,7
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 153,4 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 313,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 253,2
	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem zmięszowana 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony rozdrobniony 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka 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 polędwica sopocka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 789,6 Białko ogółem [g] 158,2 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 370,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 8,1 Cholesterol [mg] 295,9

Jadłospisy w dniu 2025-08-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-10 niedziela	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa pomidorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 480,5 Białko ogółem [g] 56,5 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 197,7 Błonnik pokarmowy [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 77,7
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa pomidorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 887,2 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 196,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 493,8