

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-22 piątek	Dieta podstawowa	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Ogórek świeży 130 g Humus 90 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno 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 twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałata z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998,1 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 288 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 125,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Humus 90 g Ogórek świeży 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałata z pomidora z koperkiem 130 g	sałatka z kaszą pęczak i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453,8 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 76,7 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 125,9
	Dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałata z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,2 Białko ogółem [g] 135,1 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 279,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 652,5

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-22 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 018,6 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 150
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 425 Białko ogółem [g] 149,8 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 284 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 665,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 90 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sałatka z kaszą pęczak i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 377,7 Błonnik pokarmowy [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 99,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-22 piątek

	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 Owoc 130 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIE)	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 246,6 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Błonnik pokarmowy [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 76,5 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 95
Dieta łatwstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 106,9 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Błonnik pokarmowy [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 95
Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 673,7 Białko ogółem [g] 147,8 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 76,1 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 682,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-22 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowa bez cukru		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	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, MIE) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 781 Białko ogółem [g] 162,5 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 695,4
Dieta płynna wzmocniona		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 601,5 Białko ogółem [g] 63,9 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 217,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 462,3
Dieta płynna wzmocniona bez cukru		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 708,8 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 221,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 475,1

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-22 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczynwo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Humus 90 g Ogórek świeży 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g	Pieczynwo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałata z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 939,9 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 297,5 Błonnik pokarmowy [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 137,3
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczynwo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Humus 90 g Ogórek świeży 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/glut 50 g (BIA, SEL)	Pieczynwo bezglutenow e 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałata z pomidora z koperkiem 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,2 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 225,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 77,5 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 109,1
Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta ze szpinaku i twarogu 60 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Gulasz warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Warzywa gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 583,6 Białko ogółem [g] 42,1 Tłuszcz [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 103,4 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 76,4

2025-08-22 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIE) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	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) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 536,7 Białko ogółem [g] 149,2 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 45 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 85,7 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 194,2
Dieta eliminacyjna wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzynny 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Potrąwka z cukinii, pomidorów i tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sałatka z ogórka 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z ryżem i warzywami 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 851,2 Białko ogółem [g] 52,6 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 334,6 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 74,4
Dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Ogórek świeży 130 g Humus 90 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sałatka z kaszą pęczak i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,9 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 352,8 Błonnik pokarmowy [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 125,3

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-22 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta ubogoenergetyczna		Pieczynko pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczynko pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 536,7 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 196,6 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 50,7 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 77,1
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopočka mielona 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 475,7 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 328,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 96,8 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 459,6
	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 781 Białko ogółem [g] 162,5 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 695,4

Jadłospisy w dniu 2025-08-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-22 piątek	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (<i>GLU, JAJ</i>)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 486,6 Białko ogółem [g] 48,7 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 222,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 suma cukrów prostych [g] 41,3 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 29,1
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	Serek ziółowy 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 708,8 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 221,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 475,1