

Jadłospisy w dniu 2025-09-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-23 wtorek	Dieta podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Połędwica sopocka 60 g (MIĘ)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	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 pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 191,8 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 46,9 Sól [g] 8 WW [Por] 28,5 Cholesterol [mg] 462,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 352 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 50,8 Sól [g] 9,1 WW [Por] 28,9 Cholesterol [mg] 480,3
	Dieta łatwostrawna		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Połędwica sopocka 60 g (MIĘ)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 462,3 Białko ogółem [g] 129,3 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 357 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 49,1 Sól [g] 9 WW [Por] 35,8 Cholesterol [mg] 462,4

2025-09-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 254,6 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 334,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 52 Sól [g] 9 WW [Por] 33,5 Cholesterol [mg] 434,5
	Dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIĘ)	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 646,8 Białko ogółem [g] 150,2 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 363,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 10,1 WW [Por] 36,5 Cholesterol [mg] 480,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 307,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 77 Sól [g] 8,9 WW [Por] 31 Cholesterol [mg] 434,5

Jadłospisy w dniu 2025-09-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-23 wtorek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB)	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 125,8 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 41,4 Sól [g] 8,5 WW [Por] 35,6 Cholesterol [mg] 324,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g kiełbasa szynkowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,5 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 40,1 Węglowodany ogółem [g] 359,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 suma cukrów prostych [g] 45 Sól [g] 9,2 WW [Por] 36 Cholesterol [mg] 139,4
	Dieta papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (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 tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 520 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 358,1 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 5,9 WW [Por] 36 Cholesterol [mg] 455,9

2025-09-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowata bez cukru		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (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 tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 575,3 Białko ogółem [g] 158,9 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 332,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 7 WW [Por] 33,5 Cholesterol [mg] 473,8
Dieta płynna wzmocniona		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 700 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 190,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 1,9 WW [Por] 19,2 Cholesterol [mg] 453,6
Dieta płynna wzmocniona bez cukru		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 884,5 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 197,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 3 WW [Por] 19,9 Cholesterol [mg] 471,5

Jadłospisy w dniu 2025-09-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		bułka żytnia 100 g (GLU, ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Twarożek 110 g (BIA) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 421,1 Białko ogółem [g] 136,1 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 5,7 WW [Por] 29,8 Cholesterol [mg] 393,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Połudwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik ryżowy z zieleciną 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe b/glut. 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 846,2 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 139,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 29,7 Sól [g] 4,9 WW [Por] 14,1 Cholesterol [mg] 471,5
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z marchewki z czarnuszką 100 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet warzyw 150 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Ogórek świeży 130 g	Galaretką owocową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 576,3 Białko ogółem [g] 44,8 Tłuszcz [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 266,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,2 WW [Por] 26,8 Cholesterol [mg] 84,2

2025-09-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	kiełbasa szynkowa 60 g (MIĘ)	Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 584,3 Białko ogółem [g] 146,5 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 42,6 Sól [g] 10,7 WW [Por] 35,1 Cholesterol [mg] 531,4
Dieta eliminacyjna wegańska		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 z marchewki 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Surówka z ogórkiem 150 g Sos pomidorowy 80 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 403,1 Błonnik pokarmowy [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sól [g] 5,4 WW [Por] 40,8 Cholesterol [mg] 74,4

2025-09-23 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-23 wtorek	Dieta bogatobiałkowa	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) Kefir 150 ml (BIA) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Południca sopocka 60 g (MIĘ)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 127,5 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 272,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 39,7 Sól [g] 8 WW [Por] 27,3 Cholesterol [mg] 462,4
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Południca sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) Pomidor bs 130 g	Galaretki owocowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 570 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 217 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 45,9 Sól [g] 6,1 WW [Por] 21,7 Cholesterol [mg] 394,7
	Dieta papkowata bezmleczna	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa krupnik b/m 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretki owocowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 5 WW [Por] 32 Cholesterol [mg] 419,1

Jadłospisy w dniu 2025-09-23 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-23 wtorek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	bułka wrocławska 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>) Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Twarożek 110 g (<i>BIA</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (<i>GLU, MIĘ</i>) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 80 g (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska 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 pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (<i>JAJ, RYB</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (<i>MIĘ</i>) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (<i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 702,9 Białko ogółem [g] 159,1 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 364,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 7 WW [Por] 36,7 Cholesterol [mg] 473,8
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 322,1 Białko ogółem [g] 52,5 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 193,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 41,8 Sól [g] 1,7 WW [Por] 19,5 Cholesterol [mg] 59,3
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (<i>BIA, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 884,5 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 197,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 3 WW [Por] 19,9 Cholesterol [mg] 471,5