

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	Dieta podstawowa		Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JA J, GOR)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g	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 szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JA J, SEL)	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 766 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 344,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 10,2 WW [Por] 34,6 Cholesterol [mg] 756
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JA J, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JA J, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 688,3 Białko ogółem [g] 136,8 Tłuszcz [g] 106,1 Węglowodany ogółem [g] 329,9 Błonnik pokarmowy [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 76 Sól [g] 10 WW [Por] 33,1 Cholesterol [mg] 744,6
	Dieta łatwostrawna		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JA J, GOR)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 9,9 WW [Por] 34,2 Cholesterol [mg] 722

2025-09-24 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	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 włoska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 133,3 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 303,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 5,4 WW [Por] 30,5 Cholesterol [mg] 269,9
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JA J, GOR)	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 651,2 Białko ogółem [g] 141,7 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 348,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 77,3 Sól [g] 10,2 WW [Por] 35,1 Cholesterol [mg] 795,2

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 331,8 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 297,5 Błonnik pokarmowy [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 5,8 WW [Por] 29,8 Cholesterol [mg] 569,1
	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa pieczone 130 g szynka wiejska 60 g (MIE)	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 029,9 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 273,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 39,7 Sól [g] 4,9 WW [Por] 27,4 Cholesterol [mg] 231,7

2025-09-24 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (<i>BIA</i>) Szynka włoska 60 g (<i>MIĘ</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 180 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Bukiet warzyw 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (<i>MIĘ</i>)	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (<i>SEL</i>) szynka wiejska 60 g (<i>MIĘ</i>)	Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 009,8 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 60,9 Sól [g] 5,3 WW [Por] 30,9 Cholesterol [mg] 170,5
	Dieta papkowata	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>) Zacierki na mleku 250 g (<i>BIA</i>) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (<i>BIA, JA J, GOR</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Mięso mielone z warzywami 150 g (<i>MIĘ</i>) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	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 szynka wiejska rozdrobniona 60 g (<i>MIĘ</i>) Warzywa pieczone 130 g	Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 465 Białko ogółem [g] 128 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 332,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 9,8 WW [Por] 33,4 Cholesterol [mg] 733,3

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	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) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Mięso mielone z warzywami 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427,9 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 9,7 WW [Por] 32,4 Cholesterol [mg] 721,9
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 766 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 200,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 1,9 WW [Por] 20,3 Cholesterol [mg] 520,6
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 785 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 205 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 1,9 WW [Por] 20,7 Cholesterol [mg] 520,6

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g Placki ziemniaczane (4 szt.) 300 g Sos pieczarkowy 100 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 Wędlina wege 60 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 809,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 122,8 Węglowodany ogółem [g] 362 Błonnik pokarmowy [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 9,6 WW [Por] 36,3 Cholesterol [mg] 655,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Szuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 426,3 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 146,1 Węglowodany ogółem [g] 187,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 61,2 Sól [g] 7,8 WW [Por] 19 Cholesterol [mg] 748,5
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (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 wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Placki ziemniaczane (4 szt.) 200 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Sos pieczarkowy 100 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 50 g (MIE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 593,7 Białko ogółem [g] 47,4 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 246,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 4,2 WW [Por] 24,8 Cholesterol [mg] 74,4

2025-09-24 środa

		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% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,5 Białko ogółem [g] 128,2 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 292,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 46,9 Sól [g] 5 WW [Por] 29,4 Cholesterol [mg] 288,8
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 wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Placki ziemniaczane (4 szt.) 300 g Sałata z oliwą 150 g Sos pieczarkowy 100 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g Warzywa pieczone 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 294,7 Białko ogółem [g] 64,3 Tłuszcz [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 290,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 4 WW [Por] 29,1 Cholesterol [mg] 135,6

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-24 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałata z oliwą 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 725,5 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Błonnik pokarmowy [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sól [g] 10,2 WW [Por] 34,1 Cholesterol [mg] 756
	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 Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki gotowane 150 g Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 70 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 536,3 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 234,7 Błonnik pokarmowy [g] 26 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 suma cukrów prostych [g] 45,7 Sól [g] 4,1 WW [Por] 23,4 Cholesterol [mg] 133,9
	Dieta papkowata beznmleczna	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 pomidorowy 200 ml Pasta wielowarzywna 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Mięso mielone z warzywami 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 005,8 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 5,5 WW [Por] 30,5 Cholesterol [mg] 186,4

Jadłospisy w dniu 2025-09-24 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-24 środa	Dieta papkowata bogatobiałkowa		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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Mięso mielone z warzywami 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 555 Białko ogółem [g] 134,5 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 341,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 10 WW [Por] 34,3 Cholesterol [mg] 745,3
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 499,8 Białko ogółem [g] 66,1 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 203,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 1,7 WW [Por] 20,6 Cholesterol [mg] 116,5
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 785 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 205 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 1,9 WW [Por] 20,7 Cholesterol [mg] 520,6