

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	Dieta podstawowa		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) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA , GLU) Papryka 130 g Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU , SEL)		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA , JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU , MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 219,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 311 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 50,9 Sól [g] 5,8 WW [Por] 31,2 Cholesterol [mg] 498,1
	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) Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU , SEL) Papryka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA , JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU , MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 343,7 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 47,9 Sól [g] 6,1 WW [Por] 30,7 Cholesterol [mg] 489,5
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA , GLU) Pomidor bs 130 g Pasta kalafiorowa z jajkiem 110 g (JAJ)		Zupa grysikowa 350 ml (GLU , SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU , MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 211 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 6,5 WW [Por] 30,3 Cholesterol [mg] 839,2

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-27 sobota

		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 Pasta kalafiorowa z jajkiem 110 g (JAJ) Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Szynka drobiowa 40 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 014,8 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 277,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 51,1 Sól [g] 7,3 WW [Por] 27,9 Cholesterol [mg] 844,7
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 300 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g szynka wiejska 80 g (MIE)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 200 g (GLU, MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 80 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Ser biały 50 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 219,5 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 45,9 Sól [g] 9,1 WW [Por] 29,6 Cholesterol [mg] 212,1

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-27 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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 Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU, SEL) Papryka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Żurek z ziemniakami i jajkiem b/ml 350 ml (JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	Szynka drobiowa 40 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 199,7 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Błonnik pokarmowy [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 7,2 WW [Por] 30 Cholesterol [mg] 503,6
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) szynka wiejska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Szynka drobiowa 40 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 734,3 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 268 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 8,1 WW [Por] 27 Cholesterol [mg] 143,7

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Maso extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) szynka wiejska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Maso śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 734,3 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 268 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 8,1 WW [Por] 27 Cholesterol [mg] 143,7
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa grysikowa zmiksowana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml połędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 926,5 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 277,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 5,4 WW [Por] 27,9 Cholesterol [mg] 194,1
	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa grysikowa zmiksowana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml połędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 109,7 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 5,6 WW [Por] 28,6 Cholesterol [mg] 194,1

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmięksovana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 763,9 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 202,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 1,9 WW [Por] 20,4 Cholesterol [mg] 540
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa ziemniaczana wzmocniona zmięksovana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 947,1 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 209,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 2,1 WW [Por] 21,1 Cholesterol [mg] 540
	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) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU, SEL) Papryka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 110 g Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,8 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 329,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 62,5 Sól [g] 7,2 WW [Por] 33,3 Cholesterol [mg] 429,8

2025-09-27 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	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 owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta kalafiorowa z jajkiem 110 g (JAJ) Papryka 130 g		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Gulasz wieprzowy b/g 150 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 090,7 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 131,8 Węglowodany ogółem [g] 135,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 36,9 Sól [g] 4 WW [Por] 13,7 Cholesterol [mg] 1 174,6
	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 Pieczeń z soczewicy i cukinii 80 g (GLU, SEL) Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SEL) Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Kasza jęczmienna gotowana 150 g (GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 404,1 Białko ogółem [g] 37,5 Tłuszcz [g] 38,7 Węglowodany ogółem [g] 239,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 2,2 WW [Por] 24,1 Cholesterol [mg] 91,9

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-27 sobota

		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% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA , GLU) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU , MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU , SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 090,1 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 45,1 Sól [g] 8,2 WW [Por] 27,8 Cholesterol [mg] 200,8
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 Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU , SEL) Papryka 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU , SEL) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 110 g Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 387,5 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 370,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 6,9 WW [Por] 37,6 Cholesterol [mg] 94,8

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-27 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki owsiane na mleku 250 ml (BIA, GLU) Papryka 130 g Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU, SEL)		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, ME) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem 150 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (ME) Sałatka z zielonej fasolki, sezamem i oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 138,8 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 6 WW [Por] 29,7 Cholesterol [mg] 498,1
	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 Płatki owsiane ma wodzie 250 g (GLU) Pieczeń z soczewicy i cukinii 80 g (GLU, SEL) Papryka 130 g		Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, ME) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Połędwica sopocka 60 g (ME) Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 510,2 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 261 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 4,5 WW [Por] 26,2 Cholesterol [mg] 113,5
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta kalafiorowa z jajkiem 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa grysikowa zmiękowana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, ME) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml połędwica sopocka mielona 60 g (ME) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 921,2 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 255,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 5,8 WW [Por] 25,7 Cholesterol [mg] 823,1

Jadłospisy w dniu 2025-09-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-27 sobota	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>BIA, MIE, GLU</i>) Pasta z twarogu i szynki 110 g (<i>BIA, MIE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa grysikowa zmiękczona 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (<i>GLU, MIE</i>) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml poledwica sopočka mielona 60 g (<i>MIE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 109,7 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 5,6 WW [Por] 28,6 Cholesterol [mg] 194,1
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmiękczona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 550,6 Białko ogółem [g] 65,3 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 205,7 Błonnik pokarmowy [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 1,7 WW [Por] 20,7 Cholesterol [mg] 135,9
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	Serek homogenizowany 150 g (<i>BIA</i>)	zupa ziemniaczana wzmocniona zmiękczona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 947,1 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 209,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 2,1 WW [Por] 21,1 Cholesterol [mg] 540