

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-29 poniedziałek	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 924,8 Białko ogółem [g] 172,9 Tłuszcz [g] 131,4 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 9,8 WW [Por] 29,4 Cholesterol [mg] 1 300,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 863,7 Białko ogółem [g] 170,3 Tłuszcz [g] 131 Węglowodany ogółem [g] 285,1 Błonnik pokarmowy [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 9,6 WW [Por] 28,5 Cholesterol [mg] 1 285,8
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 856,5 Białko ogółem [g] 165,2 Tłuszcz [g] 133,6 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Błonnik pokarmowy [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,9 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 9,7 WW [Por] 27,6 Cholesterol [mg] 1 315,6

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-29 poniedziałek

		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 Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Mardewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy b/m 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 612 Białko ogółem [g] 144 Tłuszcz [g] 118 Węglowodany ogółem [g] 267,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 9,9 WW [Por] 27 Cholesterol [mg] 1 268,1
Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Mardewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Ser białe 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 174,1 Białko ogółem [g] 126,5 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 252,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 7,3 WW [Por] 25,2 Cholesterol [mg] 375,7
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 Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 734,8 Białko ogółem [g] 153,3 Tłuszcz [g] 121,6 Węglowodany ogółem [g] 290 Błonnik pokarmowy [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 80,1 Sól [g] 9,9 WW [Por] 29 Cholesterol [mg] 1 268,1

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-29 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SO, GOR, ZIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Mardewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Filet kruchy 60 g (MIĘ)	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 987 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 285,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 48,2 Sól [g] 6,8 WW [Por] 28,7 Cholesterol [mg] 231,1
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Mardewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 949,4 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 281,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 5,1 WW [Por] 28,3 Cholesterol [mg] 209,6
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 528,3 Białko ogółem [g] 146,1 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 54,9 Sól [g] 6,4 WW [Por] 28,1 Cholesterol [mg] 1 044,2

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-29 poniedziałek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 547,3 Białko ogółem [g] 147 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 284,3 Błonnik pokarmowy [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 57,7 Sól [g] 6,4 WW [Por] 28,5 Cholesterol [mg] 1 044,2
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 652 Białko ogółem [g] 63,7 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 216,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 1,6 WW [Por] 21,6 Cholesterol [mg] 452,6
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 1,6 WW [Por] 22 Cholesterol [mg] 452,6

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-29 poniedziałek	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pomidor 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 581,9 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 332,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 8,4 WW [Por] 33,3 Cholesterol [mg] 1 046,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 594,2 Białko ogółem [g] 149,5 Tłuszcz [g] 163 Węglowodany ogółem [g] 150,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 7,1 WW [Por] 15,1 Cholesterol [mg] 1 292,6
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta zfasoli 50 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 613,5 Białko ogółem [g] 44,6 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,1 WW [Por] 28 Cholesterol [mg] 74,4

2025-09-29 poniedziałek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Udko gotowane 160 g Ziemniaki gotowane 180 g Mardhewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,9 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 6,7 WW [Por] 29,5 Cholesterol [mg] 303,7
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 zfasoli 90 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 930,9 Białko ogółem [g] 66,4 Tłuszcz [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 349,6 Błonnik pokarmowy [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 86,7 Sól [g] 3,6 WW [Por] 35,2 Cholesterol [mg] 74,4

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-29 poniedziałek	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Udko gotowane 160 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 844,3 Białko ogółem [g] 170,9 Tłuszcz [g] 131,3 Węglowodany ogółem [g] 278,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 9,8 WW [Por] 27,9 Cholesterol [mg] 1 300,1
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki jaglane na wodzie 250 ml wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SĘL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 250 g (SEL) Udko gotowane 90 g Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 120 g Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 578,5 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 192,5 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 41,5 Sól [g] 6,2 WW [Por] 19,3 Cholesterol [mg] 415,6
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 459,2 Białko ogółem [g] 139 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 6,9 WW [Por] 29 Cholesterol [mg] 1 040,9

Jadłospisy w dniu 2025-09-29 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-29 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem i natką pietruszki 110 g (JAJ, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 547,3 Białko ogółem [g] 147 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 284,3 Błonnik pokarmowy [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 57,7 Sól [g] 6,4 WW [Por] 28,5 Cholesterol [mg] 1 044,2
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 535,8 Białko ogółem [g] 53,5 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 251,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 2,2 WW [Por] 25,3 Cholesterol [mg] 48,5
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 1,6 WW [Por] 22 Cholesterol [mg] 452,6