

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) płatki ryżowe na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g ketchup 10 g		Zupa grochowa 350 ml (<i>SEL, ROŚ</i>) Pierogi z mięsem 250 g (<i>GLU</i>) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) szynka wiejska 30 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 520,7 Białko ogółem [g] 132,2 Tłuszcz [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 399,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 11 Cholesterol [mg] 194,9 Sód [mg] 2 431,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	Zupa grochowa 350 ml (<i>SEL, ROŚ</i>) Pierogi z mięsem 250 g (<i>GLU</i>) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (<i>ŻYT</i>) szynka wiejska 30 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 411,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 383,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 81,6 Sól [g] 10,3 Cholesterol [mg] 178,9 Sód [mg] 2 378,7
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) płatki ryżowe na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g ketchup 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Pierogi z mięsem 250 g (<i>GLU</i>)	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) szynka wiejska 30 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 304,8 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 10,9 Cholesterol [mg] 200,5 Sód [mg] 2 421,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-13 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 ketchup 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 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 Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 961,2 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 11,8 Cholesterol [mg] 146,4 Sód [mg] 2 251,6
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g ketchup 10 g	Kefir 150 ml (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,4 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 11,8 Cholesterol [mg] 200,5 Sód [mg] 2 419,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-13 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmączna	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 ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrodawska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 048,1 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 12 Cholesterol [mg] 146,4 Sód [mg] 2 321,9
	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (BIA, 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 Twaróg chudy 110 g (BIA)	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrodawska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 940,7 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 8 Cholesterol [mg] 98,2 Sód [mg] 1 268,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-13 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 180 g potrawka warzywna z tofu 160 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 775,4 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 42,3 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 83 Sód [mg] 1 213,6
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) fasolka szparagowa rozdrobniona 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 Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 286,8 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 122 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 134,7 Sód [mg] 972,4
	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) fasolka szparagowa rozdrobniona 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 Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 341,5 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 134,7 Sód [mg] 1 377,1

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	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 (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 691,5 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 518,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 746,2 Białko ogółem [g] 65 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 231,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 521,4
	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 Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówka wege 120 g Pomidor 130 g ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa z wody 150 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 twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Paszтет z cukinii 40 g Pieczywo razowe 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 416,7 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 383 Błonnik pokarmowy [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 104,7 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 128,5 Sód [mg] 1 548,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-13 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g ketchup 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Ryż gotowany 180 g Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 036,9 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 220,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 65 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 180,5 Sód [mg] 1 351,5
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrodawska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 130 g		potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa z wody 150 g Ryż gotowany 150 g Zupa selerowa 300 ml	Bułka wrodawska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 320,4 Białko ogółem [g] 37,4 Tłuszcz [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 226,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 731,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-13 poniedziałek

		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 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok owocowy 200 g	Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 293,4 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 357,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 168,6 Sód [mg] 1 404,6
	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 parówka wege 120 g Pomidor 130 g ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa 350 ml Fasolka szparagowa z wody 150 g Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 90 g Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 993,2 Białko ogółem [g] 62,5 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Błonnik pokarmowy [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 97 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 989,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g ketchup 10 g		Zupa grochowa 350 ml (SEL, ROŚ) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 480,2 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 394,3 Błonnik pokarmowy [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 77,9 Sól [g] 11 Cholesterol [mg] 194,9 Sód [mg] 2 466
	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 ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (BIA, SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Fasolka szparagowa z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 505,3 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 258,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 82,2 Sód [mg] 1 009,1
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Kiełbasa gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) fasolka szparagowa 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 szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIE) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 1 889,9 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 35,6 Sól [g] 9 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 7 38,5

Jadłospisy w dniu 2025-10-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-13 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa gotowana rozdrobniona 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 10 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) fasolka szparagowa rozdrobniona 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 Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 341,5 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 134,7 Sód [mg] 975,1
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		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	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 441,7 Białko ogółem [g] 47,4 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 223,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 29,1 Sód [mg] 460,2
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Kefir 150 ml (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 768 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 225,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 518,7