

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	Dieta podstawowa		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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pieczeniowy 50 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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 89,6 Sól [g] 10,4 Cholesterol [mg] 714,3 Sód [mg] 3 438,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Sos pieczeniowy 50 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 (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,4 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 321,7 Błonnik pokarmowy [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 87,8 Sól [g] 10,2 Cholesterol [mg] 702,9 Sód [mg] 3 416,5
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	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)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,5 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 10,1 Cholesterol [mg] 714,3 Sód [mg] 1 663,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 958,9 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 291,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 514,9 Sód [mg] 1 530,6
	Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Sos pieczeniowy 50 g	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 (MIE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 451,5 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 87,6 Sól [g] 10,3 Cholesterol [mg] 726,3 Sód [mg] 3 446,1
	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) 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] 1 936 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 292,2 Błonnik pokarmowy [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 79,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 514,9 Sód [mg] 1 629,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-15 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	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 (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	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 (MIĘ)	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 792,3 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 260,5 Błonnik pokarmowy [g] 25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 42 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 150,3 Sód [mg] 1 196,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kalafior gotowany 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) szynka wiejska 60 g (MIĘ)	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 924,3 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 150,3 Sód [mg] 1 387,1
	Dieta papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa 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		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	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 rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 473,1 Białko ogółem [g] 134,1 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 9,5 Cholesterol [mg] 714,3 Sód [mg] 3 119,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 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 Kawa zbożowa 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 brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	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 rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 436 Białko ogółem [g] 134,2 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 317,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 702,9 Sód [mg] 3 063
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 764,8 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 216,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 64,4 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 473,8
	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 Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 783,8 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 220,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 481,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-15 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) 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 brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 180 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] 2 310,5 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 359,7 Blonnik pokarmowy [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 95,6 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 633,8 Sód [mg] 3 374,8
	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 brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety wieprzowe b/glut. 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Sos pieczeniowy 50 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 (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 984,7 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 182,3 Blonnik pokarmowy [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 676,9 Sód [mg] 2 367,1
	Dieta niskobiałkowa	Butka 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 brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety warzywne 90 g Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 150 g	Butka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 50 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 527,6 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 262,1 Blonnik pokarmowy [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 063,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-15 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	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) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kalafior gotowany 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pieczeniowy 50 g	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	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 084,8 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 219,9 Sód [mg] 1 319,1
	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 brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 180 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] 1 680,1 Białko ogółem [g] 47 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 093,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-15 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa 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 brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sałatka z kiszonym ogórkiem 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pieczeniowy 50 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 (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 367,5 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Błonnik pokarmowy [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 90,5 Sól [g] 10,4 Cholesterol [mg] 714,3 Sód [mg] 3 472,7
	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 (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Ziemniaki gotowane 150 g Pulpety wieprzowe gotowane 80 g (GLU, MIE) Sos pieczeniowy 50 g	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 (MIE) Warzywa pieczone 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 513,2 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 227 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 suma cukrów prostych [g] 47 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 128,4 Sód [mg] 971,4
	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 pomidorowy 200 ml pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIE) Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 169,2 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 9,1 Cholesterol [mg] 682,9 Sód [mg] 2 958,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-15 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-15 środa	Dieta papkowata bogatobiałkowa		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa 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 brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	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 rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 563,1 Białko ogółem [g] 140,6 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 335,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 9,7 Cholesterol [mg] 726,3 Sód [mg] 3 213,7
	Dieta płynna wzmocniona beznleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 498,6 Białko ogółem [g] 52,9 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 219,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 29,1 Sód [mg] 421,7
	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 Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 783,8 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 220,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 481,8