

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-18 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) Surówka z pora 150 g 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 Polędwica 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] 98,9 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 312,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 498,1 Sód [mg] 2 359,8
	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) Surówka z pora 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) 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	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 343,7 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 489,5 Sód [mg] 2 345,4
	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 Polędwica 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 Cholesterol [mg] 839,2 Sód [mg] 2 565,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-18 sobota	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 Polędwica 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 Cholesterol [mg] 844,7 Sód [mg] 2 858,3
	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 Polędwica 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 Cholesterol [mg] 212,1 Sód [mg] 2 637,3
	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 Pieczeń z soczewicy i cukinii 130 g (GLU, SEL) Papryka 130 g	Sok owocowy 150 g	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 (ŻYT) 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] 2 041,3 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 498,7 Sód [mg] 2 593,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-18 sobota	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 (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) Masło śmietankowe 5 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) 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 Cholesterol [mg] 143,7 Sód [mg] 2 531,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 (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) Masło śmietankowe 5 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) 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 Cholesterol [mg] 143,7 Sód [mg] 2 531,9
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 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 250 ml (BIA, GLU) pasztet drobiowy rozdrobniony 110 g 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) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 012,3 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 274,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 261 Sód [mg] 1 799,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-18 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-18 sobota	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 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 250 ml (BIA, GLU) pasztet drobiowy rozdrobniony 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa grysikowa zmiksowana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 195,5 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 261 Sód [mg] 2 201,4
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 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] 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 Cholesterol [mg] 540 Sód [mg] 776,9
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 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] 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 Cholesterol [mg] 540 Sód [mg] 776,9

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-18 sobota

		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 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) Surówka z pora 150 g	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] 2 321,8 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 429,8 Sód [mg] 1 318,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) 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 Surówka z pora 150 g 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] 2 112,4 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 132,2 Węglowodany ogółem [g] 141,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 1 178 Sód [mg] 1 635,9
	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 Cholesterol [mg] 91,9 Sód [mg] 9 17,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-18 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 Cholesterol [mg] 200,8 Sód [mg] 2 525
	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	Sok owocowy 150 g	Gulasz wegetariański 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Surówka z pora 150 g 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] 1 995,5 Białko ogółem [g] 56,1 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 321,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 1 020,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-18 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z pora 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) 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	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 138,8 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 498,1 Sód [mg] 2 392,7
	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 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, MIĘ) 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 Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) 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 Cholesterol [mg] 113,5 Sód [mg] 1 822,3
	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 pasztet drobiowy rozdrobniony 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa grysikowa zmięksowana 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) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 841,7 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 250,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 47,8 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 244,9 Sód [mg] 1 718,9

Jadłospisy w dniu 2025-10-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-18 sobota	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 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 250 ml (BIA, GLU) pasztet drobiowy rozdrobniony 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa gryskowa zmiksowana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 195,5 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 261 Sód [mg] 1 799,4
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 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] 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 Cholesterol [mg] 135,9 Sód [mg] 7 16,8
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa ziemniaczana wzmocniona zmiksowana 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] 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 Cholesterol [mg] 540 Sód [mg] 7 76,9