

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-19 niedziela	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (<i>MIĘ</i>)		Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (<i>BIA</i>) Sałatka jarzynowa 100 g (<i>JAJ, SEL</i>)	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 447,1 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Błonnik pokarmowy [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 638,7 Sód [mg] 1 925,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Szynka staropolska 60 g (<i>MIĘ</i>) Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (<i>SEL</i>)	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (<i>BIA</i>) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (<i>SEL</i>)	pieczywo żytnie 30 g (<i>ŻYT</i>) Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 559,9 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Błonnik pokarmowy [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 97,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 638,7 Sód [mg] 2 266,5
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (<i>MIĘ</i>)		Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Dynia pieczona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (<i>MIĘ</i>) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (<i>SEL</i>)	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 313,4 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 324 Błonnik pokarmowy [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 66,1 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 638,7 Sód [mg] 1 746

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-19 niedziela	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 Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Dynia pieczona 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 Filet kruchy 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 156,8 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 304 Blonnik pokarmowy [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 631,2 Sód [mg] 1 751,6
	Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Sok owocowy 150 g	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml (BIA, SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Dynia pieczona 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 Filet kruchy 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 317,3 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 326 Blonnik pokarmowy [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 638,7 Sód [mg] 1 732,4
	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 Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 Filet kruchy 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 353,1 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Blonnik pokarmowy [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 97,1 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 631,2 Sód [mg] 2 139,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-19 niedziela

		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 Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Dynia pieczona 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Salatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) Filet kruchy 60 g (MIE)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 990,7 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 309,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 suma cukrów prostych [g] 75 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 221,6 Sód [mg] 1 351,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko kurczaka pieczone 90 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Dynia pieczona 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 40 g (MIE) Salatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 875,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 75 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 171,2 Sód [mg] 1 300,6
	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) Kefir 150 ml (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g dynia 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 Twarożek 100 g (BIA) Dżem 25 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 262,4 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 316,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 295,7 Sód [mg] 844,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-19 niedziela	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) Kefir 150 ml (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g dynia 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 Twarożek 100 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 340,4 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 295,7 Sód [mg] 1 561
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa pomidorowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 580,8 Białko ogółem [g] 62,5 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 179,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 462,3 Sód [mg] 457,1
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pomidorowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 737,9 Białko ogółem [g] 69,3 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 218 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 84,5 Sól [g] 2,7 Cholesterol [mg] 462,3 Sód [mg] 770,9

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-19 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 423,5 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 353,1 Błonnik pokarmowy [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 858,3 Sód [mg] 2 082,1
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 132,8 Węglowodany ogółem [g] 174 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 631,2 Sód [mg] 875,1
	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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Dynia pieczona 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z ciecierzycy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 90 g (SEL)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 629,2 Białko ogółem [g] 41,8 Tłuszcz [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 007,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-19 niedziela

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok owocowy 150 g	Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Dynia pieczona 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL)	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) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 267,2 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 333,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 88,6 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 278,7 Sód [mg] 1 396,9
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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok owocowy 150 g	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Dynia pieczona 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z ciecierzycy 60 g Pomidor 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 949,1 Białko ogółem [g] 52,5 Tłuszcz [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Błonnik pokarmowy [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 93,1 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 1 061,3

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-19 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (MIE)		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 366,6 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Błonnik pokarmowy [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 638,7 Sód [mg] 1 958,3
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/zab 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 100 g Dynia pieczona 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 616 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 268,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 150,8 Sód [mg] 1 176,8
	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 szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/zabielania 350 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g dynia 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 Hummus z ciecierzycy 60 g Pasta z marchewki 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 941,7 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 271,2 Sód [mg] 884,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-19 niedziela	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) Kefir 150 ml (BIA) szynka staropolska rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 180 g dynia 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 Twarożek 100 g (BIA) Dżem 25 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 277,1 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 295,7 Sód [mg] 836,8
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa pomidorowa 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] [kcal] 1 367,5 Białko ogółem [g] 49,8 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 182,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 58,2 Sód [mg] 397
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok owocowy 150 g	Zupa pomidorowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 621,8 Białko ogółem [g] 62,6 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 189,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 462,3 Sód [mg] 459,1