

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-02 czwartek	Dieta podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 130 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 Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 377,6 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 294,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 286,8 Sód [mg] 1 716,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki drobiowe 120 g Pomidor 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 130 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 452,3 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 299,6 Sód [mg] 1 770,3
	Dieta łatwostrawna		kajzerka 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 parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Dynia gotowana 130 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 359,9 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 306,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 38,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 286,8 Sód [mg] 2 113,5

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-02 czwartek	Dieta tatrastrawna beznleczna	kajzerka 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywy 250 ml parówki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g		zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny b/m 50 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Dydia gotowana 130 g	Pieczwo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 183,4 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 47,9 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 252,1 Sód [mg] 1 901,4
	Dieta bogatobiałkowa	kajzerka 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Dydia gotowana 130 g	Pieczwo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczwo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 413,6 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 297,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 32,4 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 299,6 Sód [mg] 2 144,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów beznleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywy 250 ml parówki drobiowe 120 g Pomidor 130 g ketchup 20 g	Sok owocowy 150 g	zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sos jasny b/m 50 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Jabłko 80 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 130 g Dydia gotowana 130 g	pieczwo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczwo żytnie 30 g (ŻYT) Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 262,6 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 344,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 76,6 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 205,9 Sód [mg] 1 686,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-02 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		kajzerka 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Dynia gotowana 130 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor 130 g Szynka chłopska 60 g (MIĘ)	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 770,3 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 121,2 Sód [mg] 1 171,2
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		kajzerka 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Dynia gotowana 130 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor 130 g Szynka chłopska 60 g (MIĘ)	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 750,3 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 285,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 121,2 Sód [mg] 1 171,2
Dieta papkowata		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml dynia gotowana rozdrobniona 130 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 275,8 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 51,4 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 239 Sód [mg] 1 212,1

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-02 czwartek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) ziemniaki puree 180 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml dynia gotowana rozdrobniona 130 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 314,9 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 320 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 218 Sód [mg] 1 605,4
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 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] 1 695,5 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 216,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 491,5 Sód [mg] 622,3
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 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] 1 794,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 504,3 Sód [mg] 655,3

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-02 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Wędlina wege 60 g Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JA J) Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka z kapusty czerwonej 130 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) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 368,1 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 530,3 Sód [mg] 1 183,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 130 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 145 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 131,5 Węglowodany ogółem [g] 168,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 46,4 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 286,8 Sód [mg] 1 140,4
	Dieta niskobiałkowa	kajzerka 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml parówka wege 50 g Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 80 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 150 g (GLU) zupa koperkowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Dynia gotowana 130 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 519,8 Białko ogółem [g] 40,6 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 1 079,2

2025-10-02 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		kajzerka 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Dynia gotowana 130 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 947,2 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 257 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 38,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 211,5 Sód [mg] 1 077,5
Dieta eliminacyjna wegańska		kajzerka 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	Sok owocowy 150 g	Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa koperkowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sos jasny b/m 50 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 130 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 200 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 361,5 Błonnik pokarmowy [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 97,7 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 1 438,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-02 czwartek	Dieta bogatobiałkowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Pomidor 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 130 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 353,3 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 291,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 286,8 Sód [mg] 1 737,3
	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 Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		zupa koperkowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 150 g (GLU) Dynia gotowana 130 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka chłopska 40 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 396,3 Białko ogółem [g] 58,3 Tłuszcz [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 43,1 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 62,4 Sód [mg] 908,4
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g Sok wielowarzywny 250 ml		zupa koperkowa z ziemniakami zmielowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Sos jasny b/m 50 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml dynia gotowana rozdrobniona 130 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,9 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 297,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 46 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 212,8 Sód [mg] 1 162,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-02 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) roladka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml dynia gotowana rozdrobniona 130 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 374,8 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 251,8 Sód [mg] 1 245,1
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 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] 1 621,6 Białko ogółem [g] 63 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 224,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 58,3 Sód [mg] 276,1
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 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] 1 794,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 219,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 504,3 Sód [mg] 655,3