

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-21 wtorek	Dieta podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml surówka z buraków z jabłkiem 150 g Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 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 jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 326,1 Białko ogółem [g] 143,4 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 552,9 Sód [mg] 1 177,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 304,9 Białko ogółem [g] 154,7 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 255,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 53 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 565,7 Sód [mg] 1 229,3
	Dieta łatwostrawna		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor 130 g Paszтет drobiowy 130 g		zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 481 Białko ogółem [g] 147,3 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 554 Sód [mg] 1 713,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-21 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		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 Paszтет drobiowy 130 g Pomidor 130 g		zupa dyniowa b/ml 350 ml (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 328,7 Białko ogółem [g] 135,1 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 292,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 55,8 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 534,5 Sód [mg] 1 587,1
	Dieta bogatobiałkowa	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,9 Białko ogółem [g] 159,5 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 306,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 566,8 Sód [mg] 1 730,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	sok z buraków 200 ml	zupa dyniowa b/ml 350 ml (SEL) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 120,7 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 249,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 533,4 Sód [mg] 1 123,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-21 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Połędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Szłuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g Twaróg chudy 110 g (BIA)	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 944,8 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 50 Węglowodany ogółem [g] 269,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 49,4 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 191,3 Sód [mg] 2 307
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Połędwica sopocka 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Szłuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Buraczki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 921,6 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 48,7 Węglowodany ogółem [g] 267,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 51,2 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 190,2 Sód [mg] 2 320
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g		zupa dyniowa krem 350 ml (BIA, SEL) Szłuka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIE) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 641,6 Białko ogółem [g] 157,5 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 300,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 1 036,6 Sód [mg] 1 571,2

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-21 wtorek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa krem 350 ml (BIA, SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 739 Białko ogółem [g] 171,4 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 1 049,4 Sód [mg] 2 006,6
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa dyniowa krem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 541,7 Białko ogółem [g] 64,1 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 166,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 467,2 Sód [mg] 495,8
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa krem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 640,7 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 169,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 480 Sód [mg] 528,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-21 wtorek	Dieta eliminacyjna wegetariańska	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Paszтет wegetariański 130 g (GLU, JA J) Ogórki kiszone 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 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 jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 197 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 297 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 933 Sód [mg] 1 218,6
	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) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 130 g		zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Kotlet z piersi kurczaka na parze 110 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 853,5 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 155,1 Błonnik pokarmowy [g] 17 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 373,2 Sód [mg] 1 349,1
	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 Pasta wielowarzywna 80 g Pomidor 130 g		zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki gotowane 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 557,6 Białko ogółem [g] 44,7 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 260,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 984,9

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-21 wtorek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 279,3 Białko ogółem [g] 136,1 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 286,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 261,2 Sód [mg] 2 383,3
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 Paszтет wegetariański b/jaj 130 g (GLU) Ogórki kiszone 130 g	sok z buraków 200 ml	Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa dyniowa b/ml 350 ml (SEL) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 843,9 Białko ogółem [g] 51,2 Tłuszcz [g] 42,4 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 70,5 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 220,9

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-21 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		zupa dyniowa 350 ml (BIA, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) surówka z buraków z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 50 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 251,3 Białko ogółem [g] 141,9 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 262,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 50,9 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 552,9 Sód [mg] 1 287,7
	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 Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIE) Pomidor 130 g		zupa dyniowa 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 80 g (MIE) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 80 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 561,9 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 247,3 Błonnik pokarmowy [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 131,5 Sód [mg] 1 984,3
	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 paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g		zupa dyniowa krem 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIE) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 487,8 Białko ogółem [g] 145,2 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 1 017,1 Sód [mg] 1 445,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-21 wtorek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) paszteciki drobiowe rozdrobnione 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa krem 350 ml (BIA, SEL) Sztuka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 739 Białko ogółem [g] 171,4 Tłuszcz [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 1 049,4 Sód [mg] 1 604,6
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa dyniowa krem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 467,8 Białko ogółem [g] 52,3 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 174,1 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 34,9 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 34 Sód [mg] 149,6
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa dyniowa krem wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 640,7 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 169,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 480 Sód [mg] 528,8