

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-27 poniedziałek	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 456,9 Białko ogółem [g] 145,4 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 70,8 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 352,7 Sód [mg] 2 213,7
	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) Kefir 150 ml (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 419 Białko ogółem [g] 148 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 287,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 352,1 Sód [mg] 2 263
	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 410,5 Białko ogółem [g] 144,5 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 352,7 Sód [mg] 2 123,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-27 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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 Paszтет drobiowy 130 g Pomidor bs 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta rybna b/ml 110 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 150,6 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 273,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 336 Sód [mg] 2 339
	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 470,5 Białko ogółem [g] 148,8 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 360,7 Sód [mg] 2 186,8
	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 Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta rybna b/ml 110 g (RYB) Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 183,5 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 283,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 336 Sód [mg] 2 464,5

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-27 poniedziałek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleciną b/m 300 g (SEL) Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 831,8 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 284,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 141,8 Sód [mg] 1 139,2
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleciną b/m 300 g (SEL) Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 810,8 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 284,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 141,8 Sód [mg] 1 139,2
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Ryżanka z zieleciną przecierana 350 g (SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 524,2 Białko ogółem [g] 143,5 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 319,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 352,7 Sód [mg] 1 557,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-27 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-27 poniedziałek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną przecierana 350 g (SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIE, GOR) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 584,2 Białko ogółem [g] 147,8 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 360,7 Sód [mg] 2 022,8
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Ryżanka z zieleniną 500 g (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] 1 387,6 Białko ogółem [g] 57 Tłuszcz [g] 48,7 Węglowodany ogółem [g] 195,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 66,1 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 462,3 Sód [mg] 739
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 500 g (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] 1 447,6 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 201,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 470,3 Sód [mg] 802

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-27 poniedziałek

		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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Wędlina wege 60 g Ogórki kiszone 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JA J) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 330 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 331,7 Blonnik pokarmowy [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 7,3 Cholesterol [mg] 559,4 Sód [mg] 2 374,9
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/glut. 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 188,8 Białko ogółem [g] 123,1 Tłuszcz [g] 117,7 Węglowodany ogółem [g] 177,3 Blonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 325 Sód [mg] 1 101,5
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 300 g (SEL) Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Fasolka szparagowa 150 g Ziemniaki gotowane 150 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 424,1 Białko ogółem [g] 35 Tłuszcz [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 252,6 Blonnik pokarmowy [g] 34 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 82,2 Sód [mg] 896,8

2025-10-27 poniedziałek

		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 Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	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) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 082,5 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 70,5 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 219,4 Sód [mg] 1 234,5
	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 Wędlina wege 60 g Ogórki kiszone 130 g	Mus owocowy 150 g	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Surówka z pora „marchewki i jabłka 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 019,8 Białko ogółem [g] 56,9 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 371,8 Błonnik pokarmowy [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 111,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 251,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-27 poniedziałek	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) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 416,4 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 352,7 Sód [mg] 2 248,2
	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 Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Filet kruchy 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 300 g (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Fasolka szparagowa 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 60 g (BIA, R YB) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 572,1 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 236,4 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 46,3 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 157,5 Sód [mg] 1 223,1
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 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 rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m przecierana 350 g (SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 111 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 271,8 Sód [mg] 802,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-27 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-27 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną przecierana 350 g (SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIE, GOR) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 584,2 Białko ogółem [g] 147,8 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 360,7 Sód [mg] 1 620,8
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Ryżanka z zieleniną 500 g (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] 1 313,7 Białko ogółem [g] 45,2 Tłuszcz [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 202,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,3 suma cukrów prostych [g] 43,9 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 29,1 Sód [mg] 392,8
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 500 g (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] 1 447,6 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 201,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 470,3 Sód [mg] 802