

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-05 środa	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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 170 g Sos pieczeniowy 50 g	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 szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 571 Białko ogółem [g] 135,9 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 341,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sól [g] 10 Cholesterol [mg] 754,9 Sód [mg] 3 266,4
	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) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa 350 g (SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 170 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 493,4 Białko ogółem [g] 134,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 743,5 Sód [mg] 3 244,7
	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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 551,9 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 334 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sól [g] 10,5 Cholesterol [mg] 770,4 Sód [mg] 1 817,4

Jadłospisy w dniu 2025-11-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-05 środa	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 149,3 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 571 Sód [mg] 1 684,8
	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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 641,9 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 343,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 10,7 Cholesterol [mg] 782,4 Sód [mg] 3 600,3
	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 130 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Kasza gryczana gotowana 170 g Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 099 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 555,5 Sód [mg] 1 457,4

Jadłospisy w dniu 2025-11-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-05 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa pieczone 130 g szynka wiejska 60 g (MIĘ)	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 982,7 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 271,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 46,6 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 206,4 Sód [mg] 1 350,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) szynka wiejska 60 g (MIĘ)	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 978,7 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 305 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 154,5 Sód [mg] 1 489,4
	Dieta papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa szpinakowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 417,3 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 754,9 Sód [mg] 3 222,6

2025-11-05 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowata bez cukru		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa szpinakowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 380,2 Białko ogółem [g] 132 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 290,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 9,6 Cholesterol [mg] 743,5 Sód [mg] 3 166,4
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 671,9 Białko ogółem [g] 74,3 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 191,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 453,6 Sód [mg] 586,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 690,9 Białko ogółem [g] 75,2 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 195,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 453,6 Sód [mg] 594,7

2025-11-05 środa

		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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa fasolowa 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Sos pieczeniowy 50 g Kasza gryczana gotowana 170 g	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 Hummus z suszonymi pomidorami 90 g Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 564,3 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 387,4 Blonnik pokarmowy [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 100,6 Sól [g] 11,3 Cholesterol [mg] 654,2 Sód [mg] 3 285,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 158,6 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 119 Węglowodany ogółem [g] 186 Blonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 734,9 Sód [mg] 2 224,9
	Dieta niskobiałkowa	Butka 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 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa szpinakowa 350 ml (SEL) Pulpety warzywne 90 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 150 g	Butka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (SEL)	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 637,1 Białko ogółem [g] 42,4 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 282 Blonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 89,9 Sód [mg] 1 254,3

2025-11-05 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Sos pieczeniowy 50 g	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) Warzywa pieczone 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 275,2 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 276 Sód [mg] 1 473,3
	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 wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kompot owocowy 250 ml Zupa fasolowa 350 g (SEL) Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Surówka z pora i jabłka 150 g Sos pieczeniowy 50 g Kasza gryczana gotowana 170 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z suszonymi pomidorami 90 g Warzywa pieczone 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 105,5 Białko ogółem [g] 67,9 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Błonnik pokarmowy [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 1 242,1

Jadłospisy w dniu 2025-11-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-05 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) Zacierki na mleku 250 g (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora i jabłka 150 g Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 170 g Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 530,5 Białko ogółem [g] 134,4 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 87,8 Sól [g] 10 Cholesterol [mg] 754,9 Sód [mg] 3 300,9
	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 Zacierki na mleku 250 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa szpinakowa 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 80 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 673,6 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 235,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 53,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 178,9 Sód [mg] 1 139
	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 pomidorowy 200 ml pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa szpinakowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 102,4 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 268,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 55,6 Sól [g] 9,4 Cholesterol [mg] 723,5 Sód [mg] 3 061,6

Jadłospisy w dniu 2025-11-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-05 środa	Dieta papkowata bogatobiałkowa		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Zacierki na mleku 250 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	zupa szpinakowa z ryżem zmiksowana 350 ml (SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) Warzywa pieczone rozdrobnione 150 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 507,3 Białko ogółem [g] 138,4 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 73,5 Sól [g] 10 Cholesterol [mg] 766,9 Sód [mg] 3 317,1
	Dieta płynna wzmocniona beznleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 405,7 Białko ogółem [g] 55,1 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 194,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 49,5 Sód [mg] 534,6
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 690,9 Białko ogółem [g] 75,2 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 195,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 453,6 Sód [mg] 594,7