

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	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) Pomidor 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z chrzanem 150 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 twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 360,5 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 256,6 Sód [mg] 1 414,4
	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) Pomidor 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż brązowy 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,9 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 256,6 Sód [mg] 1 433,5
	Dieta łatwostrawna		Kajzerka 1 szt (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 Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,6 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 310 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 247,3 Sód [mg] 1 570,4

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	Dieta łatwostrawna bezmleczna	Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa cukiniowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 279,5 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 318,1 Sód [mg] 1 615,3
	Dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 1 szt (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 Szynka w siatce 60 g (MIĘ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 50 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 353,8 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 247,3 Sód [mg] 1 570,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pomidor 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa z makaronem b/zabielania 350 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż brązowy 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] 2 206,4 Białko ogółem [g] 119,7 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 91,3 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 289 Sód [mg] 1 658,6

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 160,1 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 217,4 Sód [mg] 1 621,3
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kurczak gotowany 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 059,4 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 336,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 suma cukrów prostych [g] 70,5 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 49,3 Sód [mg] 1 527,3
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml marchewka gotowana rozdrobniona 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 424,1 Białko ogółem [g] 151,1 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 211,4 Sód [mg] 1 152,1

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml marchewka gotowana rozdrobniona 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 607,3 Białko ogółem [g] 164,3 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 211,4 Sód [mg] 1 554,1
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 674,2 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 184,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 497,4 Sód [mg] 604,8
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 857,4 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 191,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 497,4 Sód [mg] 604,8

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	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) Ser żółty 60 g (BIA) Pomidor 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	Pieczyno 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 twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 382,6 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 152,7 Sód [mg] 1 206,8
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczyno bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 037,5 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 102,1 Węglowodany ogółem [g] 213,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 239,8 Sód [mg] 748,7
	Dieta niskobiałkowa	Kajzerka 1 szt (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 czosnkowa z ciecierzycą 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa cukiniowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą 150 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU) Ryż gotowany 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 692 Białko ogółem [g] 38,6 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 1 168,5

2025-10-09 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Marchewka gotowana z wody 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 373,8 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 62,2 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 247,3 Sód [mg] 1 538,4
Dieta eliminacyjna wegańska		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta czosnkowa z ciociarką 60 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Potrąwka warzywna z ciecierzycą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 052,4 Białko ogółem [g] 53,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 395,1 Błonnik pokarmowy [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 114,5 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 97,3 Sód [mg] 1 799,7

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-10-09 czwartek

		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) Pomidor 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Kurczak gotowany 110 g Surówka z marchewki z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,1 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 256,6 Sód [mg] 1 417,9
	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 Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa cukiniowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Kurczak gotowany 110 g Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Galaretkę wiśniową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 534,2 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 229,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 suma cukrów prostych [g] 55,6 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 172,8 Sód [mg] 1 202,2
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml szynka w siatce rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa cukiniowa z ziemniakami zmięszana b/ml 350 ml (SEL) filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml marchewka gotowana rozdrobniona 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 107,7 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 128,8 Sód [mg] 984,1

Jadłospisy w dniu 2025-10-09 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-09 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (BIA, SEL) filet z kurczaka gotowany rozdrobniony 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml marchewka gotowana rozdrobniona 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Maso extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 607,3 Białko ogółem [g] 164,3 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 211,4 Sód [mg] 1 152,1
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 600,3 Białko ogółem [g] 63,7 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 192,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 64,2 Sód [mg] 258,6
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka wiśniowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 857,4 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 191,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 497,4 Sód [mg] 604,8