

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-10 poniedziałek	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Ogórki kiszzone 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	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 Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,3 Białko ogółem [g] 138,2 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 209,5 Sód [mg] 2 444,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (GOR)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 339,8 Białko ogółem [g] 137,7 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 287,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 195,2 Sód [mg] 2 418,8
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 254,5 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 281,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 225 Sód [mg] 2 386,6

2025-11-10 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 Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 945,6 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Blonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 7,3 Cholesterol [mg] 158,8 Sód [mg] 2 381,9
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 135,9 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 256,1 Blonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 219,1 Sód [mg] 2 239,4
	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 Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 210,9 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 292,5 Blonnik pokarmowy [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 177,5 Sód [mg] 2 537,4

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-10 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-10 poniedziałek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Filet kruchy 60 g (MIĘ)	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 862,1 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 37,5 Węglowodany ogółem [g] 274,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 63,9 Sód [mg] 1 338,7
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 806,7 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 271,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 51,5 Sód [mg] 1 258
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	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) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt owocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 092,9 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 135,4 Sód [mg] 847,7

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-10 poniedziałek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIE) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	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) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 081,9 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 286,2 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 135,4 Sód [mg] 1 257,7
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt owocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 682 Białko ogółem [g] 65,9 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 219,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 642,5
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 650,5

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-10 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Ogórki kiszone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kotlet sojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka z marchewki 150 g Kasza gryczana gotowana 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 Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 079,8 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 139,7 Sód [mg] 1 559,1
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Ogórki kiszone 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 046,2 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 118,6 Węglowodany ogółem [g] 144 Błonnik pokarmowy [g] 25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 53,3 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 189,6 Sód [mg] 1 394,1
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z fasoli 50 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kotlet sojowy 80 g Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 433,5 Białko ogółem [g] 42,3 Tłuszcz [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 256,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 054,3

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-10 poniedziałek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 117,1 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Błonnik pokarmowy [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 136,5 Sód [mg] 1 301,7
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 z fasoli 90 g Ogórki kiszone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet sojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Surówka z marchewki 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 966,5 Białko ogółem [g] 59,1 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 334,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 1 457,2

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-11-10 poniedziałek	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Ogórki kiszone 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 276,8 Białko ogółem [g] 136,3 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 271,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 209,5 Sód [mg] 2 477,8
	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 Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 80 g (MIĘ) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 120 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 576,5 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 230,5 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 69,5 Sód [mg] 1 002,5
	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 pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml filet kruchy rozdrobniony 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 889,6 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 111 Sód [mg] 1 005,6

Jadłospisy w dniu 2025-11-10 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-10 poniedziałek	Dieta papkowa bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Płatki jaglane na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pasta z twarogu i szynki 60 g (<i>BIA, MIE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (<i>BIA</i>)	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (<i>SEL</i>) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g (<i>MIE</i>) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (<i>BIA, GLU</i>)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (<i>BIA</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 288 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 148,2 Sód [mg] 880,7
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (<i>SEL</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 1 535,8 Białko ogółem [g] 53,5 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 251,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 48,5 Sód [mg] 896,2
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 1 701 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 223,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 650,5