

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-19 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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Papryka 130 g parówki drobiowe 120 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) sałata warzywna z sosem koperkowym 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 404,3 Białko ogółem [g] 125,2 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 291,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 299,7 Sód [mg] 2 222,4
	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 naturalny 150 g (BIA) twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) sałata warzywna z sosem koperkowym 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 193,8 Białko ogółem [g] 127,7 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 237,7 Sód [mg] 1 658,3
	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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g parówki drobiowe 120 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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) Warzywa gotowane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 311,8 Białko ogółem [g] 129,1 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 291,6 Sód [mg] 2 258,8

2025-11-19 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		Pieczyno 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 parówki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa pieczarkowa b/zabielania 350 ml Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 171 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 285,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 72,3 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 280,6 Sód [mg] 2 070,9
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g parówki drobiowe 120 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno 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) Warzywa gotowane 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 290,8 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 291,6 Sód [mg] 2 265,2
	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 Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa pieczarkowa b/zabielania 350 ml Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml	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 warzywna z sosem koperkowym 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 611,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 206 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 181,5 Sód [mg] 1 144,2

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-19 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 Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g szynka wiejska 60 g (MIĘ)	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 952,3 Białko ogółem [g] 125,3 Tłuszcz [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 275,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 159,4 Sód [mg] 1 442,1
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa b/zabielania 350 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Warzywa gotowane 130 g szynka wiejska 40 g (MIĘ)	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 107,9 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 117,3 Sód [mg] 1 471
	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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		zupa cukiniowa z ziemniakami zmiiksowana b/ml 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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 gotowane 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 543,4 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 356 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 81 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 236,5 Sód [mg] 1 251,5

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-19 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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana b/ml 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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 gotwane 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 434,8 Białko ogółem [g] 137,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 236,5 Sód [mg] 1 658,7
	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	Jogurt naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 754,8 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 197 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 503,6 Sód [mg] 704
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	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	Jogurt naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 773,8 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 201,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 503,6 Sód [mg] 712

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-19 środa	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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Kotletsojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałata warzywna z sosem koperkowym 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 165,1 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 294,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 527,8 Sód [mg] 1 638,1
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (BIA) twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) sałata warzywna z sosem koperkowym 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 883,5 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 131,5 Błonnik pokarmowy [g] 20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 210,7 Sód [mg] 427,9
	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 Humus 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa pieczarkowa b/zabielania 350 ml Kotletsojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki 120 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta zbrokuła i cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 243,8 Białko ogółem [g] 32 Tłuszcz [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 212 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 75,4 Sód [mg] 864,5

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-19 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 Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL)	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 gotwane 130 g	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 372,3 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 229 Sód [mg] 1 567,4
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 Humus 60 g Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet sojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa b/zabielania 350 ml ćwikła 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 Pasta zbrokuła i cukinii 110 g sałatka warzywna z sosem koperkowym 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 473,4 Białko ogółem [g] 34,5 Tłuszcz [g] 50 Węglowodany ogółem [g] 234,8 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 suma cukrów prostych [g] 55,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 932,3

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-19 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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Papryka 150 g parówki drobiowe 120 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 180 g Kompot owocowy 250 ml	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 warzywna z sosem koperkowym 150 g	pieczywo żytnie 50 g (ZYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 444,4 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 299,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 299,7 Sód [mg] 2 357,9
	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 Kasza jęczmienna na wodzie 250 g (GLU) Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (BIA, GLU, SEL) Schab pieczony 80 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 70 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	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 585,6 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 239,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 60,9 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 133,1 Sód [mg] 1 086,7
	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 szynka drobiowa mielona 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana b/ml 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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 gotowane 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 944,2 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 278,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 208,6 Sód [mg] 1 446,7

Jadłospisy w dniu 2025-11-19 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-19 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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Twarożek 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa cukiniowa z ziemniakami zmiksowana b/ml 350 ml (SEL) bitka schabowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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 gotwane 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 562,4 Białko ogółem [g] 137,6 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 236,5 Sód [mg] 1 259,5
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		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	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 600,9 Białko ogółem [g] 60,3 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 201,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 54,4 Sód [mg] 233,4
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok pomidorowy 200 ml	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	Jogurt naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 773,8 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 201,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 503,6 Sód [mg] 712