

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-07 piątek	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Placki ziemniaczane (4 szt.) 300 g Surówka z białej kapusty 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczarkowy 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Ogórek świeży 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 028,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 274,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 133,8 Sód [mg] 2 501,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sok z buraków 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z białej kapusty 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 164,6 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 66,1 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 121,6 Sód [mg] 2 352,8
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 217,9 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 133 Sód [mg] 1 790,7

Jadłospisy w dniu 2025-11-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-07 piątek

		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 Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz domowy 110 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 101,7 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 270,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 48,5 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 169,3 Sód [mg] 1 669,9
Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Ser żółty 60 g (BIA)	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 434 Białko ogółem [g] 135,8 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 141 Sód [mg] 1 802
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 galicyjska 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sok z buraków 200 ml	Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z białej kapusty 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Ogórek świeży 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] 2 052,1 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 292,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 suma cukrów prostych [g] 67,5 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 169,3 Sód [mg] 2 402,2

Jadłospisy w dniu 2025-11-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-07 piątek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor 130 g Paprykarz domowy 110 g (RYB)	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 183,9 Białko ogółem [g] 135,7 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 131,1 Sód [mg] 1 858,4
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa b/m 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 931 Białko ogółem [g] 147,5 Tłuszcz [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 268,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 suma cukrów prostych [g] 46,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 114 Sód [mg] 1 434,9
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 170 g Bukiet warzyw 150 g 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 480,1 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 148 Sód [mg] 1 393,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-07 piątek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	sok z buraków 200 ml	zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 170 g Bukiet warzyw 150 g 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 547,1 Białko ogółem [g] 145,7 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Błonnik pokarmowy [g] 45 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 68,4 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 148 Sód [mg] 1 848,6
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 848,3 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 215,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 801,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	sok z buraków 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 915,3 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 231,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 854,7

2025-11-07 piątek

		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 Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sok z buraków 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Placki ziemniaczane (4 szt.) 300 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z białej kapusty 150 g Sos pieczarkowy 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 Twaróg chudy 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 200,6 Białko ogółem [g] 144,2 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 257,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 115,9 Sód [mg] 2 111,7
	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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z białej kapusty 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) Ogórek świeży 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 921,8 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 159,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 128,4 Sód [mg] 1 295,3
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 70 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 Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa jarzynowa b/m 300 ml (SEL) Sos jarski z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 70 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 534,6 Białko ogółem [g] 42,2 Tłuszcz [g] 55,5 Węglowodany ogółem [g] 236,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 850,9

2025-11-07 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-07 piątek	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 Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Szyńka galicyjska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sok z buraków 200 ml	Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 484,1 Białko ogółem [g] 163,7 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 191,5 Sód [mg] 1 629,6
	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 Hummus z suszonymi pomidorami 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	sok z buraków 200 ml	Sos jarski z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Surówka z białej kapusty 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 z pieczoną dynią 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 168,7 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Błonnik pokarmowy [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 110,6 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 81,9 Sód [mg] 2 226,4

Jadłospisy w dniu 2025-11-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-11-07 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Placki ziemniaczane (4 szt.) 300 g Surówka z białej kapusty 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczarkowy 170 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz domowy 110 g (RYB) Ogórek świeży 130 g	pieczywo żytnie 50 g (ZYT) Filet kruchy 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 1 993,2 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 269,7 Błonnik pokarmowy [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 52,1 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 133,8 Sód [mg] 2 625,5
	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 Płatki jaglane na wodzie 250 ml Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 90 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz domowy 90 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 613,5 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 260,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 103,6 Sód [mg] 1 421
	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 galicyjska mielona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 170 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paprykarz domowy 110 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 249,1 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 189,7 Sód [mg] 1 463,8

Jadłospisy w dniu 2025-11-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-11-07 piątek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) Udko z kurczaka pieczone rozdrobnione 150 g ziemniaki puree 170 g Bukiet warzyw 150 g 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 Paprykarz domowy 110 g (RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 540,1 Białko ogółem [g] 148 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 308 Blonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 156 Sód [mg] 1 456,6
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 588,1 Białko ogółem [g] 59,5 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 257,5 Blonnik pokarmowy [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 77,6 Sód [mg] 1 055,4
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	sok z buraków 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 915,3 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 231,5 Blonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 854,7