

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-12-18 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) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka colesław 150 g (JAJ)	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) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka chłopska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 203,7 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 593,6 Sód [mg] 1 254
	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) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Szynka chłopska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 198,4 Białko ogółem [g] 136,3 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 280 Błonnik pokarmowy [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 593,6 Sód [mg] 1 282,7
	Dieta łatwostrawna		Kajzerka 2 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 pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka chłopska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 597,5 Białko ogółem [g] 146 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 363,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 587,3 Sód [mg] 2 217,5

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-18 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna		Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Szynka chłopska 30 g (MIE) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,2 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 536,2 Sód [mg] 2 048,8
	Dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 2 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 pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	Szynka chłopska 30 g (MIE) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 561,9 Białko ogółem [g] 145,2 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 367,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 234,8 Sód [mg] 2 086,2
	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 Szynka w siatce 60 g (MIE) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ) 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 Pasta z zielonego groszku 130 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Szynka chłopska 30 g (MIE) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] 1 945,6 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 265,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 535 Sód [mg] 1 112,3

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-18 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 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 jarzynowa 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 Szynka rzeż 60 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,4 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 319,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 60,4 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 146,4 Sód [mg] 1 851,9
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 90 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 050 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 312,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 117,1 Sód [mg] 1 783,2
	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) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 170,3 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 144,6 Sód [mg] 916,9

2025-12-18 czwartek

		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 Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 105,2 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 146,6 Sód [mg] 1 364,6
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ) Jogurt naturalny 100 g (BIA)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 578,6 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 193,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 68,1 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 441,2 Sód [mg] 590,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ) Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 597,6 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 197,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 441,2 Sód [mg] 598,7

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-18 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Klops z soczewicy 110 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ)	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 Paszтет z soczewicy 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Wędlina wege 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 019,7 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Błonnik pokarmowy [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 133 Sód [mg] 1 028,6
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Szynka chłopska 30 g (MIE) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 894 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 103,2 Węglowodany ogółem [g] 148,4 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 49,2 Sól [g] 1,5 Cholesterol [mg] 573,7 Sód [mg] 638,7
	Dieta niskobiałkowa	Kajzerka 1 szt (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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Klops z soczewicy 80 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 60 g Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 312,6 Białko ogółem [g] 40,5 Tłuszcz [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 217,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 965,1

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-18 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 474,3 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 341,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 215,9 Sód [mg] 1 903,6
	Dieta eliminacyjna wegańska	Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta zbrokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Buraczki 120 g (GLU) Klops z soczewicy 110 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 105,6 Białko ogółem [g] 68,5 Tłuszcz [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 385,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 75,4 Sód [mg] 1 661,1

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-18 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) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Szynka chłopska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 179,4 Białko ogółem [g] 135,4 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 275,9 Blonnik pokarmowy [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 593,6 Sód [mg] 1 274,7
	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) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa jarzynowa b/m 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 80 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 555,4 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 228,8 Blonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 121,4 Sód [mg] 1 062,1
	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 w siatce rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 828 Białko ogółem [g] 70,4 Tłuszcz [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Blonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 108,4 Sód [mg] 790,5

Jadłospisy w dniu 2025-12-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-12-18 czwartek	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) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa krem 350 ml (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 187,7 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 144,6 Sód [mg] 925,3
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 169,9 Białko ogółem [g] 37,7 Tłuszcz [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 178,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] Sód [mg] 384,7
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ) Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 597,6 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 197,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 441,2 Sód [mg] 598,7