

Jadłospisy w dniu 2025-12-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-12-07 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Pasta z soczewicy 60 g	
			Waga porcji [g]: 1 020	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 200	
			Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 895,3 Białko ogółem [g] 42,9 Tłuszcz [g] 34,6 Węglowodany ogółem [g] 113,3 Błonnik pokarmowy [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 33,6 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 572,7 Sód [mg] 2 219	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 736,4 Białko ogółem [g] 48,7 Tłuszcz [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 95,1 Błonnik pokarmowy [g] 14,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8 suma cukrów prostych [g] 22,9 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 122 Sód [mg] 315,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 475,4 Białko ogółem [g] 22,5 Tłuszcz [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 75 Sód [mg] 502,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 137,7 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 0,5 Węglowodany ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg] Sód [mg] 137,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Składniki	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 pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 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) Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	
Waga porcji [g]: 925			Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 395	Waga porcji [g]: 200		

Jadłospisy w dniu 2025-12-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-12-07 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Wartość energetyczna[kcal] 732,1 Białko ogółem [g] 30 Tłuszcz [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 93,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 suma cukrów prostych [g] 31,2 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 565,2 Sód [mg] 2 187,4	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg] Sód [mg] 8	Wartość energetyczna[kcal] 722 Białko ogółem [g] 49,1 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 97 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 23,8 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 114,3 Sód [mg] 323,5	Wartość energetyczna[kcal] 475,4 Białko ogółem [g] 22,5 Tłuszcz [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 75 Sód [mg] 502,2	Wartość energetyczna[kcal] 145,8 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 0,5 Węglowodany ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 5,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg] Sód [mg] 130,2	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,3 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 285 Błonnik pokarmowy [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 754,5 Sód [mg] 3 151,3
	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) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	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 twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	
		Waga porcji [g]: 1 200	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 90	

Jadłospisy w dniu 2025-12-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-12-07 niedziela	Dieta papkowata bez cukru	Wartość energetyczna[kcal] 1 035,2 Białko ogółem [g] 46,1 Tłuszcz [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 133,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 suma cukrów prostych [g] 27,7 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 586,7 Sód [mg] 2 226,5	Wartość energetyczna[kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna[kcal] 856,7 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 114,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,1 suma cukrów prostych [g] 24,5 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 122 Sód [mg] 302,6	Wartość energetyczna[kcal] 553,7 Białko ogółem [g] 26 Tłuszcz [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 8,9 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 52,2 Sód [mg] 453,5	Wartość energetyczna[kcal] 119,7 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] Sód [mg] 120,6	Wartość energetyczna[kcal] 2 664,3 Białko ogółem [g] 155,5 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 8,8 Cholesterol [mg] 773,7 Sód [mg] 3 136,2
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji
		Składniki	Składniki	Składniki	Składniki	Składniki	Składniki
		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200	
		Wartość energetyczna[kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 346,2	Wartość energetyczna[kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna[kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 17,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 19,4 Sód [mg] 165,2	Wartość energetyczna[kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] Sód [mg] 0,6	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg] Sód [mg] 8	Wartość energetyczna[kcal] 1 777,7 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 206,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 73 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 465,4 Sód [mg] 553