

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-05 poniedziałek	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) ketchup 20 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	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) Pomidor 150 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 148,6 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 78,3 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 355,7 Sód [mg] 1 828,2
	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 150 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Ogórki kiszone 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa fasolowa 350 g (SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 246,9 Białko ogółem [g] 138,1 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 339,7 Sód [mg] 1 639,8
	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 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 bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 431,1 Białko ogółem [g] 141,8 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 340,9 Sód [mg] 1 816

2026-01-05 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwa	Dieta łatwastrawna 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 selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Ryż gotowany 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 066,6 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 287 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 297,1 Sód [mg] 1 537,2
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g	Kefir 150 ml (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	Pieczywo pszenne 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 bs 130 g	szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 483,9 Białko ogółem [g] 151,7 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 340,9 Sód [mg] 1 717,9
	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 Ogórki kiszone 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa fasolowa 350 g (SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 032,1 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 317,5 Sód [mg] 1 475,4

Jadłospisy w dniu 2026-01-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-05 poniedziałek

		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 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ryż gotowany 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (BIA, SEL) Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Twaróg chudy 110 g (BIA)	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 046,4 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 224,2 Sód [mg] 1 482,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 180 g Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	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	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 071 Białko ogółem [g] 117,2 Tłuszcz [g] 48,7 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 225 Sód [mg] 1 501,6
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g (MIĘ)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Pieczywo miesane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 525,5 Białko ogółem [g] 149,1 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 78,3 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 357,4 Sód [mg] 1 456,4

Jadłospisy w dniu 2026-01-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-05 poniedziałek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g (MIE)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIE) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 580,2 Białko ogółem [g] 149,2 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 357,4 Sód [mg] 1 861,1
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami 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] 1 691,5 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 518,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 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] 1 746,2 Białko ogółem [g] 65 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 231,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 521,4

Jadłospisy w dniu 2026-01-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-05 poniedziałek	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Paszтет jarski z cieciorą 130 g (GLU, JAJ) Ogórki kiszane 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa fasolowa 350 g (SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki 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 Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Paszтет z cukinii 40 g Pieczywo razowe 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 390,6 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 362,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 94 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 718 Sód [mg] 1 849,4
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki 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 Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 204,5 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 112,7 Węglowodany ogółem [g] 192,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 335,7 Sód [mg] 570,3
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет jarski z cieciorą 80 g (GLU) Pomidor bs 130 g		potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 150 g Zupa selerowa 300 ml	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z fasoli 110 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 396,5 Białko ogółem [g] 40,3 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 45,4 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 894,4

2026-01-05 poniedziałek

		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 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Sok owocowy 200 g	Ryż gotowany 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	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 bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 399,1 Białko ogółem [g] 125,7 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 294,6 Sód [mg] 1 618,8
	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 Paszтет jarski z cieciorą b/jaj 130 g (GLU) Ogórki kiszone 130 g	Sok owocowy 200 g	potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Zupa fasolowa 350 g (SEL) Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z fasoli 110 g Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 878,3 Białko ogółem [g] 56,5 Tłuszcz [g] 43 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 1 134,4

Jadłospisy w dniu 2026-01-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-05 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatobiałkowa		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Ogórki kiszone 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 315,2 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 290,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 355,7 Sód [mg] 1 727,1
	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 ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 100 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 90 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 608,1 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 244,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 177 Sód [mg] 1 241,9
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g (MIĘ)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka rzeźnika rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 133,5 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 286,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 297,1 Sód [mg] 1 270,6

Jadłospisy w dniu 2026-01-05 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-05 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g (MIE)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIE) Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 580,2 Białko ogółem [g] 149,2 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 357,4 Sód [mg] 1 459,1
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa selerowa z ziemniakami 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] 1 249,2 Białko ogółem [g] 38 Tłuszcz [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 206,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 suma cukrów prostych [g] 49,7 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] Sód [mg] 355
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Kefir 150 ml (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 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] 1 768 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 225,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2 Sód [mg] 518,7