

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-13 wtorek	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) Papryka 150 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml surówka z buraków z jabłkiem 120 g Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 337,9 Białko ogółem [g] 141,5 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 597,4 Sód [mg] 1 275,8
	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) Paszтет drobiowy 130 g Papryka 150 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 330,5 Białko ogółem [g] 150,6 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 257,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 610,2 Sód [mg] 1 357,4
	Dieta łatwostrawna		kajzerka 100 g (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 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 448 Białko ogółem [g] 141,6 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 597,4 Sód [mg] 1 747,2

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-13 wtorek	Dieta łatwostrawna bezmleczna	kajzerka 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 drobiowy 130 g Pomidor 130 g		Zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIE) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,2 Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 572,3 Sód [mg] 1 617,4
	Dieta bogatobiałkowa	kajzerka 100 g (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 Paszтет drobiowy 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIE) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 509,9 Białko ogółem [g] 153,8 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 295,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 610,2 Sód [mg] 1 764,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Papryka 150 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIE) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,7 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 239,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 572,3 Sód [mg] 1 202,6

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-13 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g Twaróg chudy 110 g (BIA)	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 911,8 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 258,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 234,7 Sód [mg] 2 341
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Połędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 874,3 Białko ogółem [g] 130,8 Tłuszcz [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 258,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 108,7 Sód [mg] 2 213,5
	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) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g (MIĘ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 697,8 Białko ogółem [g] 152,7 Tłuszcz [g] 108,1 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 1 076,2 Sód [mg] 1 640,2

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-13 wtorek

		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) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g (MIĘ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 795,2 Białko ogółem [g] 166,6 Tłuszcz [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 1 089 Sód [mg] 2 075,6
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 534,7 Białko ogółem [g] 69,6 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 182 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 477,7 Sód [mg] 500
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 633,7 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 184,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 490,5 Sód [mg] 533

2026-01-13 wtorek

		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) Pasztet wegetariański 130 g (GLU, JA J) Papryka 150 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 234,2 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 61,1 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 952,2 Sód [mg] 1 290,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Papryka 150 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczyno bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 948,9 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 160,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 50 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 518,4 Sód [mg] 1 548,3
	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 Pasta wielowarzywna 80 g Pomidor 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml surówka z buraków z jabłkiem 120 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 530,3 Białko ogółem [g] 41,9 Tłuszcz [g] 43,4 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 80 Sód [mg] 1 004,9

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-13 wtorek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIE) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 246,3 Białko ogółem [g] 130,4 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 275,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 50,8 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 304,6 Sód [mg] 2 417,3
Dieta eliminacyjna wegańska	kajzerka 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 wegetariański b/jaj 130 g (GLU) Papryka 150 g	Sok pomidorowy 200 ml	Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 100 g Sałatka z pomidora 100 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 898,3 Białko ogółem [g] 64,4 Tłuszcz [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 330,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 63 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 108,4 Sód [mg] 1 266,4

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-01-13 wtorek

		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) Papryka 150 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka w sosie warzywnym 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 50 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 263,1 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 267,8 Blonnik pokarmowy [g] 45,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 597,4 Sód [mg] 1 386,3
	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) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g (MIĘ) surówka z buraków z jabłkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z soczewicy 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 552,1 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 245,6 Blonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 148,1 Sód [mg] 1 972,3
	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 paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 350 ml (SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g (MIĘ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 563,2 Białko ogółem [g] 140,1 Tłuszcz [g] 103,3 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Blonnik pokarmowy [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 4,7 Cholesterol [mg] 1 051,8 Sód [mg] 1 516,6

Jadłospisy w dniu 2026-01-13 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-13 wtorek	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) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g (MIĘ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 795,2 Białko ogółem [g] 166,6 Tłuszcz [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 1 089 Sód [mg] 1 673,6
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana b/ml 400 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 482,7 Białko ogółem [g] 57,5 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 189,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 43,7 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 38,9 Sód [mg] 156,1
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 633,7 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 184,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 490,5 Sód [mg] 533