

Jadłospisy w dniu 2026-02-17 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-17 wtorek	Dieta podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Polędwica sopocka 60 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z chrzanem 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z sera. jajka i tuńczyka 110 g (MLE, JA J, R YB) Ogórek 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 389 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 335 Błonnik pokarmowy [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 9,2 Cholesterol [mg] 620,7 Sód [mg] 2 852,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Polędwica sopocka 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Surówka z marchewki z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z sera. jajka i tuńczyka 110 g (MLE, JA J, R YB) Ogórek 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 497,7 Białko ogółem [g] 149,5 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 330,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 10 Cholesterol [mg] 332,3 Sód [mg] 2 766,7
	Dieta łatwostrawna		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Polędwica sopocka 60 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 531,2 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 360,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 52,6 Sól [g] 7,7 Cholesterol [mg] 233,5 Sód [mg] 2 837,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-17 wtorek	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 (SEL) Polędwica sopocka 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 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 twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,2 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 347 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 62,5 Sól [g] 9,7 Cholesterol [mg] 205,6 Sód [mg] 3 616,5
	Dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Polędwica sopocka 60 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 715,7 Białko ogółem [g] 150,4 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 8,8 Cholesterol [mg] 251,4 Sód [mg] 2 884,1
	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 (SEL) Polędwica sopocka 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 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 twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 195,3 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 87,2 Sól [g] 9,6 Cholesterol [mg] 205,6 Sód [mg] 3 049,8

Jadłospisy w dniu 2026-02-17 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-17 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc gotowany 130 g Kefir 150 ml (MLE) Polędwica sopocka 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Buraczki gotowane 130 g		Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE)	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 322,8 Białko ogółem [g] 125,2 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 176,4 Sód [mg] 2 794,6
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc gotowany 130 g Kefir 150 ml (MLE) Polędwica sopocka 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Buraczki gotowane 130 g		Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g kielbasa szynkowa 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 294,6 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 357,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 55,8 Sól [g] 8,7 Cholesterol [mg] 161,9 Sód [mg] 2 804
	Dieta papkowata	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc gotowany 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) polędwica sopocka mielona 60 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Sztuka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretką owocową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 422 Białko ogółem [g] 125,9 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 257,3 Sód [mg] 2 267,5

Jadłospisy w dniu 2026-02-17 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-17 wtorek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc gotowany 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) połudwica sopocka mielona 60 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 520,3 Białko ogółem [g] 146,6 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 251,4 Sód [mg] 2 327,4
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 700 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 190,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 460,3 Sód [mg] 442,5
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 884,5 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 197,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 478,2 Sód [mg] 488,7

2026-02-17 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) połudwica sopocka mielona 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) Pomidor 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 573,4 Białko ogółem [g] 139 Tłuszcz [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Blonnik pokarmowy [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 7,7 Cholesterol [mg] 937,4 Sód [mg] 2 060,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Kefir 150 ml (MLE) Połudwica sopocka 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa krupnik ryżowy z zieleniną 350 ml (SEL) Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 101,5 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 177,8 Blonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 59,2 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 260 Sód [mg] 2 089,4
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z marchewki z czarnuszką 100 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpety warzywne 60 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 499,6 Białko ogółem [g] 41,7 Tłuszcz [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 250,5 Blonnik pokarmowy [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 84,2 Sód [mg] 1 759,9

2026-02-17 wtorek

		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 (MLE) Sałata 10 g Owoc gotowany 130 g Kefir 150 ml (MLE) Polędwica sopocka 60 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Buraczki gotowane 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Sztuka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 706,5 Białko ogółem [g] 138,7 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 404,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sól [g] 10,3 Cholesterol [mg] 288 Sód [mg] 3 834,4
	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 (SEL) Pasta z marchewki 60 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Brokuł gotowany 150 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 233,5 Białko ogółem [g] 65,4 Tłuszcz [g] 50,6 Węglowodany ogółem [g] 410,8 Błonnik pokarmowy [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 101,7 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 837,2

Jadłospisy w dniu 2026-02-17 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-17 wtorek	Dieta bogatoresztkowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Sałatka z buraków z oliwą 130 g Polędwica sopocka 60 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 202,2 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 293,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 233,5 Sód [mg] 1 957,4
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kefir 150 ml (MLE) Polędwica sopocka 50 g Sałatka z buraków z oliwą 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana w sosie własnym 100 g Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Galaretką owocową 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 600,9 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 49,1 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 161,6 Sód [mg] 1 681,4
	Dieta papkowata bezmleczna	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc gotowany 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) polędwica sopocka mielona 60 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g		Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretką owocową 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 093 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 215,4 Sód [mg] 2 966

Jadłospisy w dniu 2026-02-17 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-17 wtorek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc gotowany 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) połudwica sopocka mielona 60 g Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, SEL) Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 606,5 Białko ogółem [g] 146,8 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 336,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 275,2 Sód [mg] 2 313,7
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 129,6 Białko ogółem [g] 43,1 Tłuszcz [g] 37,2 Węglowodany ogółem [g] 176,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 suma cukrów prostych [g] 37,2 Sól [g] 1,5 Cholesterol [mg] 36,9 Sód [mg] 304
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	twarożek z suszonymi pomidorami 150 g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną przecierany 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 884,5 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 197,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 478,2 Sód [mg] 488,7