

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-02 poniedziałek	Dieta podstawowa		Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Płatki jaglane na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Ogórki kiszzone 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (<i>GOR</i>)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (<i>MLE, SEL</i>) Szynka pieczona 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzynna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ, RYB</i>) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 271,3 Białko ogółem [g] 138,1 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 283,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 507,2 Sód [mg] 3 086,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kefir 150 ml (<i>MLE</i>) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g Musztarda 20 g (<i>GOR</i>)	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (<i>MLE, SEL</i>) Szynka pieczona 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzynna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ, RYB</i>) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (<i>ŻYT</i>) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 253,8 Białko ogółem [g] 137,6 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 284,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 492,9 Sód [mg] 3 060,5
	Dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Płatki jaglane na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (<i>MLE, SEL</i>) Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (<i>GLU</i>) Marchewka gotowana 150 g (<i>MLE, GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ, RYB</i>) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 273,8 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 55,6 Sól [g] 8,4 Cholesterol [mg] 522,7 Sód [mg] 3 086,9

Jadłospisy w dniu 2026-02-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-02 poniedziałek	Dieta łatwostrawna 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 (SEL) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 000,9 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Blonnik pokarmowy [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 71,9 Sól [g] 9,4 Cholesterol [mg] 242,8 Sód [mg] 3 237,4
	Dieta bogatobiałkowa		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 156,1 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 271,4 Blonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 8,1 Cholesterol [mg] 280,5 Sód [mg] 2 442,7
	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 (SEL) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g 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 Wędzonka krotoszyńska 60 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 131,1 Białko ogółem [g] 119,8 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Blonnik pokarmowy [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 293,2 Sód [mg] 3 337,3

Jadłospisy w dniu 2026-02-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-02 poniedziałek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Twaróg chudy 110 g (MLE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g		Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Filet kruchy 60 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 789,9 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 273,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 125,3 Sód [mg] 1 411,8
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Twaróg chudy 110 g (MLE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g		Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 769,1 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 269,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 55,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 125,3 Sód [mg] 1 317,1
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Pasta z twarogu i szynki 60 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (MLE, SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt owocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 107,8 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 290,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 404,1 Sód [mg] 1 534,5

Jadłospisy w dniu 2026-02-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-02 poniedziałek	Dieta papkowa bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Płatki jaglane na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu i szynki 60 g (<i>MLE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (<i>MLE, SEL</i>) szynka wieprzowa rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ, RYB</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 096,8 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 291,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 404,1 Sód [mg] 1 944,5
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>MLE, GLU, JAJ</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt owocowy 150 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 682 Białko ogółem [g] 65,9 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 219,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 642,5
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>MLE, GLU, JAJ</i>)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 671 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 650,5

2026-02-02 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Twaróg chudy 110 g (MLE) Ogórki kiszone 130 g Ogórki kiszone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kotlet sojowy 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) Pomidor 130 g	Ser biały 60 g (MLE) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 293,1 Białko ogółem [g] 160,9 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Blonnik pokarmowy [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 127,3 Sód [mg] 1 515,6
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Ogórki kiszone 130 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędzonka krotoszyńska 60 g Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 917,1 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 147,3 Blonnik pokarmowy [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 295,1 Sód [mg] 2 167,6
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta z fasoli 50 g Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Kotlet sojowy 80 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor bs 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 734 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Blonnik pokarmowy [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 825,1

Jadłospisy w dniu 2026-02-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-02 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Twaróg chudy 110 g (MLE) Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Szynka pieczona 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pomidor bs 130 g	Filet kruchy 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 044,9 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 197,9 Sód [mg] 1 374,8
	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 (SEL) Pasta z fasoli 90 g Ogórki kiszone 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet sojowy 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza gryczana gotowana 180 g Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 258,1 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 365,5 Błonnik pokarmowy [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 86,8 Sód [mg] 2 169,8

2026-02-02 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Ogórki kiszzone 130 g Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR)		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (MLE, JA J, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 190,8 Białko ogółem [g] 136,2 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 268,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 507,2 Sód [mg] 3 119,5
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml (MLE) Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 120 g Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (MLE, JA J, R YB) Pomidor bs 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 694,2 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 229,2 Błonnik pokarmowy [g] 29 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 377,4 Sód [mg] 1 729,2
	Dieta papkowata beznleczna	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 (SEL) pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (MLE, SEL) szynka wieprzowa rozdrobniona 100 g (GLU) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasnyb/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml filet kruchy rozdrobniony 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 891,4 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 48,9 Węglowodany ogółem [g] 303,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 155,8 Sód [mg] 1 821,2

Jadłospisy w dniu 2026-02-02 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-02 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Płatki jaglane na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu i szynki 60 g (<i>MLE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (<i>MLE</i>)	zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350 g (<i>MLE, SEL</i>) szynka wieprzowa rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z jajkiem, serem i natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ, RYB</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurtowocowy 150 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 206,8 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 416,9 Sód [mg] 1 567,5
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (<i>SEL</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 1 343,3 Białko ogółem [g] 44,1 Tłuszcz [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 234,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 19,4 Sód [mg] 791
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>MLE, GLU, JAJ</i>)	Sok pomidorowy 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 500 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurtowocowy 150 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 1 701 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 223,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 452,6 Sód [mg] 650,5