

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-16 poniedziałek	Dieta podstawowa		Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczyno żytne 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Paszet drobiowy 100 g Ogórki kiszane 120 g		Zupa grochowa 350 ml (SEL, ROŚ) krokiety z kapustą 200 g (MLE, GLU, JAJ) Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczyno żytne 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor 150 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,4 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 332,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 320,6 Sód [mg] 1 843,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		pieczyno żytne 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) Paszet drobiowy 100 g Ogórki kiszane 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa grochowa 350 ml (SEL, ROŚ) Pyzy z mięsem gotowane 250 g Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml	pieczyno żytne 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor 130 g	pieczyno żytne 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 282,4 Białko ogółem [g] 124,8 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 211,5 Sód [mg] 1 521,8
	Dieta łatwostrawna		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Paszet drobiowy 100 g		Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Pyzy z mięsem gotowane 250 g	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 246,4 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 227,5 Sód [mg] 1 588,5

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-16 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) Paszтет drobiowy 100 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	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 074,8 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 232,8 Sód [mg] 2 279,4
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 100 g	Kefir 150 ml (MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Ryż gotowany 180 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w sosie 100 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 448,3 Białko ogółem [g] 163,7 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 276,6 Sód [mg] 1 690,1
	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) Paszтет drobiowy 100 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	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 060,5 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 275,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 66,5 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 253,2 Sód [mg] 2 239,7

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-16 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 (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g 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 (MLE, SEL) Schab pieczony w sosie 100 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 Twaróg chudy 110 g (MLE)	szynka wiejska 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 065,9 Białko ogółem [g] 137,1 Tłuszcz [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 182,2 Sód [mg] 1 473,3
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g 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 (MLE, SEL) Ryż gotowany 180 g Schab pieczony w sosie 100 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 090,5 Białko ogółem [g] 137,8 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 183 Sód [mg] 1 492,1
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Paszтет drobiowy 100 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml potrawka warzywna z tofu zmiksowana 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 270,2 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 329,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 214,8 Sód [mg] 1 321,5

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-16 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowata bez cukru		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Paszet drobiowy 100 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 526,6 Białko ogółem [g] 146,3 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 300,6 Sód [mg] 1 806,8
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (MLE)	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] 439,9 Sód [mg] 518,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (MLE)	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] 439,9 Sód [mg] 521,4

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-02-16 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Paszтет jarski z cieciorą 130 g (GLU, JAJ) Ogórki kiszone 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 (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor 130 g	Paszтет z cukinii 40 g Pieczywo razowe 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 410,8 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 367,3 Blonnik pokarmowy [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 97,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 718 Sód [mg] 1 871,5
Dieta eliminacyjna bezglutenowa		Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Kiełbasa podwawelska na ciepło 120 g Pomidor bs 130 g		Zupa fasolowa 350 g (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki 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 Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor 130 g	szynka wiejska 30 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 283,3 Białko ogółem [g] 131,2 Tłuszcz [g] 111,9 Węglowodany ogółem [g] 206,6 Blonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 269 Sód [mg] 2 233,4
Dieta niskobiałkowa		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) 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 (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta zfasoli 110 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 440,3 Białko ogółem [g] 41,7 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 252,1 Blonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 602,9

2026-02-16 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 (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) 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 (MLE, SEL) Schab pieczony w sosie 100 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 418,6 Białko ogółem [g] 146,3 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 252,6 Sód [mg] 1 609,3
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) 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] 1 942,2 Białko ogółem [g] 59 Tłuszcz [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 94,8 Sód [mg] 1 826,5

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-16 poniedziałek	Dieta bogatoresztkowa		pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 100 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	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (MLE) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) szynka wiejska 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 299,8 Białko ogółem [g] 154,5 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 291,4 Sód [mg] 1 721,3
	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 płatki ryżowe na mleku 250 ml (MLE) Szyńka staropolska 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Schab pieczony w sosie 100 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 100 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 90 g (MLE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 707,1 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 244,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 177 Sód [mg] 1 165,3
	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 (SEL) Paszтет drobiowy 100 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	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 pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g Pieczywo mieszane 30 g (GLU, ZYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 123,7 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 246 Sód [mg] 1 986,3

Jadłospisy w dniu 2026-02-16 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-16 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) płatki ryżowe na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Paszтет drobiowy 100 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE, SEL</i>) ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g Kompot owocowy 250 ml Szluka mięsa gotowana rozdrobniona 100 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (<i>MLE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g Pieczywo mieszane 30 g (<i>GLU, ŻYT</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 526,6 Białko ogółem [g] 146,3 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 306,3 Sód [mg] 1 404,8
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) 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] 6,7 Sód [mg] 355
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>MLE, GLU, JAJ</i>)	Kefir 150 ml (<i>MLE</i>)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (<i>MLE, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (<i>MLE</i>)	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] 439,9 Sód [mg] 518,7