

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-07 wtorek	D01		bułka żytnia 100 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 50 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml Surówka z kapusty czerwonej 150 g Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 100 g ( <b>GLU, ME</b> ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 60 g ( <b>GLU</b> ) pieczywo żytnie 40 g ( <b>ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina 60 g Sałatka z pomidora 100 g	Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 333,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 145,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 82,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 273,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 31,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 47 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Cholesterol</b> [mg] 415 <b>Sód</b> [mg] 1 185,2
	D03		bułka żytnia 100 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowy 130 g Papryka 50 g	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, ME</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 30 g ( <b>ŻYT</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 454,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 162,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 99,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 248 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 40,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 36,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 50,9 <b>Sól</b> [g] 4,9 <b>Cholesterol</b> [mg] 677,4 <b>Sód</b> [mg] 1 385,7
	D02		kajzerka 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, ME</b> ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 562,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 154,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 94,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 297,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 36,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,6 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Cholesterol</b> [mg] 664,6 <b>Sód</b> [mg] 1 784

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-04-07 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 02/ML		kajzerka 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) Paszтет drobiowy 130 g Pomidor 130 g		Zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, ME</b> ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 435,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 143,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 86,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 287,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,2 <b>Sól</b> [g] 6 <b>Cholesterol</b> [mg] 605,5 <b>Sód</b> [mg] 2 379,1
	D 07	kajzerka 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, ME</b> ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 624,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 166,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 97,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 292,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 36,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 52,5 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Cholesterol</b> [mg] 677,4 <b>Sód</b> [mg] 1 801,4
	D 03/ML	bułka żytnia 100 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Papryka 50 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, ME</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 30 g ( <b>ŻYT</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 240 <b>Białko</b> ogółem [g] 140,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 85,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 242,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 39,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 49,9 <b>Sól</b> [g] 6,3 <b>Cholesterol</b> [mg] 605,5 <b>Sód</b> [mg] 1 925,8

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-04-07 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D05		kajzerka 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło extra 82% 5 g ( <i>MLE</i> ) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g ( <i>MLE</i> ) Połędwica sopocka 60 g ( <i>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</i> ) 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 ( <i>MLE, SEL</i> ) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <i>GLU, ME</i> ) Kalafior gotowany 150 g	Bułka wrocławska 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło śmietankowe 5 g ( <i>MLE</i> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g ( <i>MLE</i> ) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 971,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 122,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 56,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 254 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 42,2 <b>Sól</b> [g] 4,3 <b>Cholesterol</b> [mg] 299,5 <b>Sód</b> [mg] 1 775,8
D11		Bułka wrocławska rozdrobniiona 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło extra 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) sałata rozdrobniiona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) Jogurt naturalny 150 g ( <i>MLE</i> ) pasztet drobiowy rozdrobniiony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pierzuszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml ( <i>MLE, SEL</i> ) potrawka drobiowa 160 g ( <i>GLU, SEL</i> ) marchewka gotowana rozdrobniiona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniiona 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło śmietankowe 15 g ( <i>MLE</i> ) Sałata rozdrobniiona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g ( <i>JAJ</i> ) Sałatka z pomidora rozdrobniiona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 738,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 149,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 109 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 322,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 37,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 74,2 <b>Sól</b> [g] 5,1 <b>Cholesterol</b> [mg] 1 056,8 <b>Sód</b> [mg] 1 671,6
D 11/CU		bułka wrocławska rozdrobniiona 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło extra 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) sałata rozdrobniiona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) Jogurt naturalny 150 g ( <i>MLE</i> ) pasztet drobiowy rozdrobniiony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pierzuszką 130 g	Serek naturalny 150 g ( <i>MLE</i> )	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml ( <i>MLE, SEL</i> ) potrawka drobiowa 160 g ( <i>GLU, SEL</i> ) marchewka gotowana rozdrobniiona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniiona 100 g ( <i>GLU</i> ) Masło śmietankowe 15 g ( <i>MLE</i> ) sałata rozdrobniiona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g ( <i>JAJ</i> ) Sałatka z pomidora rozdrobniiona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 835,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 163,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 112,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 325,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 39,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 76,5 <b>Sól</b> [g] 5,2 <b>Cholesterol</b> [mg] 1 063,8 <b>Sód</b> [mg] 2 107

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-07 wtorek	D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )		Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 534,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 69,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 65,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 182 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 33,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 66,3 <b>Sól</b> [g] 2 <b>Cholesterol</b> [mg] 484,4 <b>Sód</b> [mg] 500
	D 12/CU		zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 633,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 184,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 35,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 68,7 <b>Sól</b> [g] 2,1 <b>Cholesterol</b> [mg] 497,2 <b>Sód</b> [mg] 533
	D 04		bułka żytnia 100 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет wegetariański 130 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Papryka 50 g	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Pieczywo pszenne 60 g ( <b>GLU</b> ) pieczywo żytnie 40 g ( <b>ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora 100 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 237,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 108,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 79,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 293,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 32,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,4 <b>Sól</b> [g] 4,5 <b>Cholesterol</b> [mg] 952,2 <b>Sód</b> [mg] 1 250,1

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-04-07 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 13		Pieczyno bezglutenowe 100 g ( <b>ORZ, SOJ, SEZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka 60 g ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ) Papryka 150 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) potrawka drobiowa 160 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Buraczki b/glutenu 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g	Pieczyno bezglutenowe 100 g ( <b>ORZ, SOJ, SEZ</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora 100 g	Schab gotowany 30 g Pieczyno bezglutenowe 30 g ( <b>ORZ, SOJ, SEZ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 119,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 93 <b>Tłuszcz</b> [g] 116,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 190,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 74,2 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Cholesterol</b> [mg] 490,8 <b>Sód</b> [mg] 1 790,4
	D 08	Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) Pasta wielowarzywna 80 g Pomidor 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) 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	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 561,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 42,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 43,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 267,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 67,8 <b>Sól</b> [g] 4,3 <b>Cholesterol</b> [mg] 74,4 <b>Sód</b> [mg] 1 625,9
	D 02/SZ	kajzerka 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka 60 g ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ) Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, MIE</b> ) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 350,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 143,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 86,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 271,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 35,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 48,9 <b>Sól</b> [g] 4,7 <b>Cholesterol</b> [mg] 369,4 <b>Sód</b> [mg] 1 862,5

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-04-07 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1		kajzerka 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) Paszтет wegetariański b/jaj 130 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 50 g	Sok pomidorowy 200 ml	Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) 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	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 945,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 64,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 48,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 329,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 46,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 21,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 64,4 <b>Sól</b> [g] 4,9 <b>Cholesterol</b> [mg] 108,4 <b>Sód</b> [mg] 1 896,2
D 06		bułka żytnia 100 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 50 g Paszтет drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 110 g ( <b>GLU, MIE</b> ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g ( <b>ŻYT</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora 100 g	pieczywo żytnie 50 g ( <b>ŻYT</b> ) Schab gotowany 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 393,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 151,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 93,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 258,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 43,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 47,8 <b>Sól</b> [g] 5 <b>Cholesterol</b> [mg] 664,6 <b>Sód</b> [mg] 1 414,1
D 11/ML		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml ( <b>SEL</b> ) paszтет drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 350 ml ( <b>SEL</b> ) potrawka drobiowa 160 g ( <b>GLU, SEL</b> ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 647,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 138,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 104,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 312,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 52,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 73,8 <b>Sól</b> [g] 6,7 <b>Cholesterol</b> [mg] 1 032,3 <b>Sód</b> [mg] 2 318

Jadłospisy w dniu 2026-04-07 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-04-07 wtorek	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) potrawka drobiowa 160 g ( <b>GLU, SEL</b> ) marchewka gotowana rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 15 g ( <b>MLE</b> ) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 835,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 163,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 112,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 325,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 39,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 76,5 <b>Sól</b> [g] 5,2 <b>Cholesterol</b> [mg] 1 069,5 <b>Sód</b> [mg] 1 705
	D 12/ML		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml ( <b>GLU, JAJ</b> )		zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml ( <b>SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 482,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 57,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 189,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 21,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43,7 <b>Sól</b> [g] 1,8 <b>Cholesterol</b> [mg] 52,9 <b>Sód</b> [mg] 156,1
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Serek naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	Zupa z fasolki szparagowej wzmocniona przecierana 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 633,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 184,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 35,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 68,7 <b>Sól</b> [g] 2,1 <b>Cholesterol</b> [mg] 497,2 <b>Sód</b> [mg] 533