

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-18 niedziela	Dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Barszcz cerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 192,2 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 672,1 Sód [mg] 3 029,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 250,7 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 7,7 Cholesterol [mg] 684,9 Sód [mg] 3 097,2
	Dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Barszcz cerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 120 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka rzeź 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 228,7 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 672,1 Sód [mg] 2 946,7

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-18 niedziela	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 pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) Pomidor 130 g		Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 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 Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 120 g	Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 102,5 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 272,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 55,6 Sól [g] 8,2 Cholesterol [mg] 664,6 Sód [mg] 2 930,7
	Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 120 g	Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 287,7 Białko ogółem [g] 134,3 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 684,9 Sód [mg] 2 978,1
	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 pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 015,6 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 664,6 Sód [mg] 3 033,7

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ogórki kiszone 120 g Szynka galicyjska 60 g (MIĘ)	Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 865,9 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 259,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 suma cukrów prostych [g] 41,2 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 87 Sód [mg] 1 149,3
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko z kurczaka duszone 160 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 120 g	Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 565,8 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 217,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 41 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 87 Sód [mg] 1 147
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) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 477,7 Białko ogółem [g] 141,4 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 8,6 Cholesterol [mg] 663,3 Sód [mg] 2 660,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-18 niedziela	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) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 576,7 Białko ogółem [g] 155,4 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 337,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 69,2 Sól [g] 8,7 Cholesterol [mg] 676,1 Sód [mg] 3 095,8
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 631,8 Białko ogółem [g] 70,7 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 178,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 487,6 Sód [mg] 449,8
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 730,8 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 180,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 500,4 Sód [mg] 482,8

Jadłospisy w dniu 2026-01-18 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-18 niedziela	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kotlet sojowy 110 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 110 g Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 137,7 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 318,5 Blonnik pokarmowy [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 647,1 Sód [mg] 2 990,6
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Udko z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 889 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 161,3 Blonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 45,9 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 664,6 Sód [mg] 2 015,2
	Dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Brokuł gotowany 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 110 g Ogórki kiszzone 120 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 518,8 Białko ogółem [g] 48,5 Tłuszcz [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 258,5 Blonnik pokarmowy [g] 36,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 98,8 Sód [mg] 889,8

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-18 niedziela	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Udko z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 120 g	Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 200,4 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 156,9 Sód [mg] 1 225,6
	Dieta eliminacyjna wegańska	Sok pomidorowy 200 ml	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami 350 ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Papryka 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 940,2 Białko ogółem [g] 59,2 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 321 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 98,8 Sód [mg] 1 005,3	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-18 niedziela	Dieta bogatoenergetyczna	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Barszcz cerwonny zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Udka z kurczaka duszone 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 151,7 Białko ogółem [g] 118,9 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 672,1 Sód [mg] 3 064,2
	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 150 ml (BIA) szynka wiejska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Barszcz cerwonny zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 90 g (MIE, GOR) Brokuł gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzynna 60 g Ogórki kiszzone 120 g	Sok wielowarzynny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 453,3 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 219,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 suma cukrów prostych [g] 48,6 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 131,6 Sód [mg] 879,9
	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 wielowarzynny 250 ml pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Barszcz cerwonny zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 150 g (MIE) 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 szynka galicyjska mielona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIE) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 219,6 Białko ogółem [g] 137,6 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 8,4 Cholesterol [mg] 702,4 Sód [mg] 2 587,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-18 niedziela	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) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 150 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 576,7 Białko ogółem [g] 155,4 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 337,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 69,2 Sól [g] 8,7 Cholesterol [mg] 676,1 Sód [mg] 2 693,8
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 557,9 Białko ogółem [g] 58,9 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 185,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 35,1 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 54,4 Sód [mg] 103,6
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Barszcz cerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 730,8 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 180,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 500,4 Sód [mg] 482,8