

Jadłospisy w dniu 2026-06-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 01	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 322,2 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 275,6 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 59,1 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 683,9 Sód [mg] 1 831,2
	D 03	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 567 Białko ogółem [g] 131,4 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Błonnik pokarmowy [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 101 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 683,9 Sód [mg] 2 355,1
	D 02	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 563,7 Białko ogółem [g] 145,8 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 752,3 Sód [mg] 2 019,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 02/ML	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) Szynka staropolska 60 g Pomidor 130 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 468,8 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 8,2 Cholesterol [mg] 744,8 Sód [mg] 2 758,1
	D 07	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g	Sok owocowy 150 g	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 567,6 Białko ogółem [g] 144,2 Tłuszcz [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 322,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 88,6 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 752,3 Sód [mg] 2 006
	D 03/ML	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) Szynka staropolska 60 g Pomidor 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 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 Filet kruchy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 531,2 Białko ogółem [g] 137,8 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 334,4 Błonnik pokarmowy [g] 78,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 107,3 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 743,6 Sód [mg] 3 161,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 05	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko z kurczaka duszone 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 40 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 88 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 335,2 Sód [mg] 1 624,9
	D 11	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) Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) szynka staropolska rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 474,6 Białko ogółem [g] 151,3 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 324 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 231,9 Sód [mg] 942,1
	D 11/CU	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) Kefir 150 ml (MLE) szynka staropolska rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 100 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 456,6 Białko ogółem [g] 155,9 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 216,1 Sód [mg] 1 601,1

Jadłospisy w dniu 2026-06-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 12	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 505,3 Białko ogółem [g] 67,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 167 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 505,5 Sód [mg] 532,6
	D 12/CU	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 662,4 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 205,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 88 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 505,5 Sód [mg] 846,4
	D 04	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) Kefir 150 ml (MLE) Pasta zbrokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 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 Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 298,6 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 903,5 Sód [mg] 1 987,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 13	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Kefir 150 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g Pomidor 130 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 g Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 237,4 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 140,8 Węglowodany ogółem [g] 145,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 743,6 Sód [mg] 1 618,9
	D 08	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 zbrokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z ciecierzycy 60 g (SEZ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 90 g (SEL)	Banan 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 897,5 Białko ogółem [g] 58,3 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 141,2 Sód [mg] 1 965,3
	D 02/SZ	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kefir 150 ml (MLE) Szynka staropolska 60 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Sok owocowy 150 g	Udko z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 488,4 Białko ogółem [g] 132,3 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 322,8 Błonnik pokarmowy [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 101,6 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 392,3 Sód [mg] 1 670,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 04.1	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 zbrokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok owocowy 150 g	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Buraczki 150 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Hummus z ciecierzycy 60 g (SEZ) Pomidor 130 g	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 137,6 Białko ogółem [g] 63,8 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 366,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 110,7 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 141,2 Sód [mg] 2 000,1
	D 06	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Udka z kurczaka duszone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 368,9 Białko ogółem [g] 133,9 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 260,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 751,1 Sód [mg] 1 932,1
	D 11/ML	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) szynka staropolska rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) pierz z kurczaka rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) 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 Hummus z ciecierzycy 60 g (SEZ) Pasta z marchewki 130 g	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 170,4 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 286,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 197,3 Sód [mg] 1 695,9

Jadłospisy w dniu 2026-06-21 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-06-21 niedziela	D 11/BS	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) Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) szynka staropolska rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok owocowy 150 g	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 100 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g	Banan 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 489,3 Białko ogółem [g] 150,1 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 91,7 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 231,8 Sód [mg] 934,1
	D 12/ML	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 059 Białko ogółem [g] 45,5 Tłuszcz [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 152,4 Błonnik pokarmowy [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 48,2 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 72,3 Sód [mg] 186,4
	D 12/BS	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Sok owocowy 150 g	Zupa pieczarkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 546,3 Białko ogółem [g] 67,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 177 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 76,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 505,5 Sód [mg] 534,6