

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta z ogr.latwo przysw. węglow	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ryżem 500 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	
		Waga porcji [g]: 1 005	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 545	Waga porcji [g]: 150		
		Wartość energetyczna [kcal] 915,8 Białko ogółem [g] 44,3 Tłuszcz [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 117,4 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 1,8 WW [Por] 11,7	Wartość energetyczna [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna [kcal] 1 043,5 Białko ogółem [g] 61,2 Tłuszcz [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 177,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 2,6 WW [Por] 17,7	Wartość energetyczna [kcal] 595,1 Białko ogółem [g] 30,7 Tłuszcz [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Sól [g] 2,3 WW [Por] 6,3	Wartość energetyczna [kcal] 132,2 Białko ogółem [g] 6,3 Tłuszcz [g] 5,4 Węglowodany ogółem [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Sól [g] 0,3 WW [Por] 1,6	Wartość energetyczna [kcal] 2 785,6 Białko ogółem [g] 156,5 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Błonnik pokarmowy [g] 63,2 Sól [g] 7,1 WW [Por] 37,6	
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata cukrzycowa	Składniki	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Pasta z twarogu i szynki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) pulpety rybne rozdrobnione 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	
		Waga porcji [g]: 801	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 495	Waga porcji [g]: 90		
		Wartość energetyczna [kcal] 1 027,7 Białko ogółem [g] 42,5 Tłuszcz [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 137,6 Błonnik pokarmowy [g] 9,2 Sól [g] 1,6 WW [Por] 13,8	Wartość energetyczna [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna [kcal] 883,5 Białko ogółem [g] 58,1 Tłuszcz [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 147 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 1,1 WW [Por] 14,7	Wartość energetyczna [kcal] 645,2 Białko ogółem [g] 32,3 Tłuszcz [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 4 Sól [g] 2,2 WW [Por] 6,5	Wartość energetyczna [kcal] 152,3 Białko ogółem [g] 6,9 Tłuszcz [g] 6,3 Węglowodany ogółem [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Sól [g] 0,3 WW [Por] 1,7	Wartość energetyczna [kcal] 2 807,7 Białko ogółem [g] 153,8 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 369,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 5,3 WW [Por] 37	
Sz.Czerniakowski dieta przecierana cukrzycowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	soki owocowe 200 ml		
	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200			

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Szczerniakowski dieta pizoclejana cukrzycowa	Wartość odżywcza w porcji					
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Sól [g] 0,9 WW [Por] 6,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] [g] Sól [g] 0,1 WW [Por] 0,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 655,3 Białko ogółem [g] 16,4 Tłuszcz [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 86,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Sól [g] 0,4 WW [Por] 8,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 0,7 WW [Por] 6,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] WW [Por]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 941, 1 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2,1 WW [Por] 22,2