

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa kalafiorowa z ryżem 500 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszanej 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 574,7 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 345,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,7 Sól [g] 6,3
	Sz.Czerniakowski dieta łatwastrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 301 Białko ogółem [g] 133,2 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 289 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 4,3
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielozarzynna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 350 ml (SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 752,9 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 42,1 Węglowodany ogółem [g] 277,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,9 Sól [g] 3,3
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 130 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pomidor bs 130 g	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 582,3 Białko ogółem [g] 154,7 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Sól [g] 4,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIE) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet jarski z kuskusem 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g pasta z tuńczyka, jajka i natki 90 g (JAJ)	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 357,7 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 420 Błonnik pokarmowy [g] 61 Sól [g] 4,9
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet jarski z kuskusem 110 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Szynka włoska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 235,5 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 417,4 Błonnik pokarmowy [g] 61,4 Sól [g] 4
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (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		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)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (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) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 708,7 Białko ogółem [g] 139,8 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 366,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 5,2
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		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	Wartość energetyczna [kcal] 1 842,1 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 217,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jarski z kuskusem 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Papryka 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 762,8 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 421,2 Błonnik pokarmowy [g] 69,4 Sól [g] 6,8
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt napój owsiany 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/glut 50 g (BIA, SEL)	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Papryka 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 566,7 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 122,7 Węglowodany ogółem [g] 269,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,1 Sól [g] 5,2
	Sz.Czerniakowski dieta bezsołna	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pomidor bs 130 g	Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 618,2 Białko ogółem [g] 135,5 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 354,2 Błonnik pokarmowy [g] 45 Sól [g] 4,9
	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielozaziwna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Kopytka 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Warzywa gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 623,2 Białko ogółem [g] 34,7 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 259,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 2,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta wzodowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pomidor bs 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467,4 Białko ogółem [g] 149,5 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 348,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Sól [g] 5
	Sz.Czerniakowski dieta wegańska	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta wielozrnywna 60 g Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Kotlet jarski z kuskusem 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 350 ml (SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g Papryka 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,5 Białko ogółem [g] 58,9 Tłuszcz [g] 45,3 Węglowodany ogółem [g] 452,6 Błonnik pokarmowy [g] 79 Sól [g] 6
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) 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) Pomidor 130 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)		Zupa kalafiorowa z ryżem 500 ml (BIA, SEL) Pulpety rybne 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) 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 (ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 756 Białko ogółem [g] 145 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 388 Błonnik pokarmowy [g] 65,2 Sól [g] 5,6
	Sz.Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa kalafiorowa z ryżem 300 ml (BIA, SEL) Kopytka 150 g (GLU) Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka włoska 40 g (MIĘ) Papryka 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 484,2 Białko ogółem [g] 63,8 Tłuszcz [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 258,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Sól [g] 2,6

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml 350 ml (SEL) pulpety rybne rozdrobnione 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 944,7 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Błonnik pokarmowy [g] 54,7 Sól [g] 3,9
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	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)	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
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna		Zupa kalafiorowa z ryżem b/ml wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	soki owocowe 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 663,3 Białko ogółem [g] 58,5 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 223,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 1,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	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 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 122,6 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 229,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 2,1