

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 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) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny panierow any pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Szynka wójtą 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 341,2 Białko ogółem [g] 137,6 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 297,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,2 Sól [g] 6,3
	Sz Czerniakowski dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Pasta wielowarzywna 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka wójtą 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 312,3 Białko ogółem [g] 146,5 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Sól [g] 4,8
	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 Filet kruchy 60 g Sałatka z pomidora 130 g		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 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 pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pasta wielowarzywna 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 953,9 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 65 Sól [g] 6
	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) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)	sok z buraków 200 ml	Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Pasta wielowarzywna 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 580,2 Białko ogółem [g] 157,4 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 304,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,9 Sól [g] 4,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 piątek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Sałatka z pomidora 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzy nowa b/m 350 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 130 g pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ)	Szynka wójta 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 199 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 49 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Sól [g] 6,7
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Sałatka z pomidora 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzy nowa b/m 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g Pasta wielowarzywna 130 g	Szynka wójta 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 952,3 Białko ogółem [g] 126,1 Tłuszcz [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sól [g] 6,8
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g		zupa jarzy nowa krem 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 170 g Warzywa po grecku 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 tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pasta wielowarzywna 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 691,4 Białko ogółem [g] 158,5 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 333,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,1 Sól [g] 5,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 piątek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 848,3 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 215,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2,1
	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g	sok z buraków 200 ml	Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Kluski leniwe z serem 300 g (BIA) Kompot owocowy 250 ml Jabłka prażone 100 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) 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	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 525,6 Białko ogółem [g] 142,4 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 291,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Sól [g] 4,9
	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 jaglane na mleku 250 ml (BIA) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 250 ml	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	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 501,5 Białko ogółem [g] 137,7 Tłuszcz [g] 125,7 Węglowodany ogółem [g] 218,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Sól [g] 4
	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) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Pasta wielozarzynna 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 796,4 Białko ogółem [g] 163 Tłuszcz [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 336,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Sól [g] 5,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 piątek	Sz. Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta z marchewki 110 g Sałatka z pomidora 130 g		Zupa jarzy nowa b/m 300 ml (SEL) Sos jarki z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Warzywa gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 60 g Pasta wielowarzywna 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 723,2 Białko ogółem [g] 45,4 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 286,1 Błonnik pokarmowy [g] 51 Sól [g] 2,9
	Sz. Czerniakowski dieta wiodowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) wędlina kałiska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Sałatka z pomidora 130 g	sok z buraków 200 ml	Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzy nowa 350 ml (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) Pasta wielowarzywna 130 g	Szynka wójta 30 g (MIE) Bulka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 535,7 Białko ogółem [g] 157,1 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 369 Błonnik pokarmowy [g] 54 Sól [g] 7,4
	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 z marchewki 60 g Sałatka z pomidora 130 g	sok z buraków 200 ml	Sos jarki z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Surówka z kapusty kiszanej 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z pieczoną dynią 110 g (BIA) Pasta wielowarzywna 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 176,5 Białko ogółem [g] 75,8 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 391,6 Błonnik pokarmowy [g] 81,7 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) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa jarzy nowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszanej 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Szynka wójta 30 g (MIE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 574,3 Białko ogółem [g] 148,9 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Błonnik pokarmowy [g] 66 Sól [g] 7,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 piątek	Sz.Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Płatki jaglane na wodzie 350 ml wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Sałatka z pomidora 130 g		Zupa jarzy nowa b/m 300 ml (SEL) Sos jarki z cukinią, ciecierzycą i pomidorami 150 g (SEL) Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka wójta 40 g (MIE) Pasta wielowarzywna 130 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 482,2 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 45,7 Węglowodany ogółem [g] 219,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 3,8
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta z marchewki 60 g Sałatka z pomidora 130 g		zupa jarzy nowa krem 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 170 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pasta wielowarzywna 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 2 209 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 334,5 Błonnik pokarmowy [g] 66,1 Sól [g] 5,3
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g	sok z buraków 200 ml	zupa jarzy nowa krem 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 170 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 110 g (JAJ) Pasta wielowarzywna 130 g	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 758,4 Białko ogółem [g] 160,5 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 349,5 Błonnik pokarmowy [g] 53,3 Sól [g] 5,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-02-28 piątek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (JAJ)		zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 727,5 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 262,2 Błonnik pokarmowy [g] 55 Sól [g] 2,6
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	sok z buraków 200 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Serek homogenizowany naturalny 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 915,3 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 231,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 2,2