

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-03-17 poniedziałek	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) Jogurt 150 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 150 g (JAJ)	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) szynka wiejska 30 g (MIĘ)	
		Waga porcji [g]: 686	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 421	Waga porcji [g]: 140		
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 923,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 31 <b>Tłuszcz</b> [g] 45,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 99 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 14,5 <b>Sól</b> [g] 2,8 <b>WW [Por]</b> 9,8	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 183,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 13,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 11,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 6,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 0,2 <b>Sól</b> [g] 0,2 <b>WW [Por]</b> 0,7	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 844,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 50,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 12,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 146,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,8 <b>Sól</b> [g] 2,4 <b>WW [Por]</b> 14,8	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 626,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 26,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 34,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 59,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 11,3 <b>Sól</b> [g] 1,7 <b>WW [Por]</b> 6	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 99,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 7,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 1,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 15,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 2,5 <b>Sól</b> [g] 1,2 <b>WW [Por]</b> 1,6	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 676,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 127,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 105 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 327,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 60,1 <b>Sól</b> [g] 8,3 <b>WW [Por]</b> 32,9	
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata cukrzykowa	Składniki	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 ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa z kukini z zacierką przecierana 350 ml (BIA, SEL) gulasz drobiowy rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g marchewka gotowana rozdrobniona 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 jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka wiejska rozdrobniona 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	
		Waga porcji [g]: 622	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 450	Waga porcji [g]: 80		
	Wartość odżywcza w porcji	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 155,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 35,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 140 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 11,6 <b>Sól</b> [g] 3,4 <b>WW [Por]</b> 14	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 183,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 13,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 11,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 6,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 0,2 <b>Sól</b> [g] 0,2 <b>WW [Por]</b> 0,7	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 765,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 56,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 16,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 110,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,5 <b>Sól</b> [g] 1,2 <b>WW [Por]</b> 11,2	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 723,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 29,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 38 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 67,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 4 <b>Sól</b> [g] 5,3 <b>WW [Por]</b> 6,8	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 119,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 7,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 2,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 17,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 0,5 <b>Sól</b> [g] 1,2 <b>WW [Por]</b> 1,7	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 948,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 141,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 121,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 341,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 43,6 <b>Sól</b> [g] 11,3 <b>WW [Por]</b> 34,4	
Sz.Czerniakowski dieta przecierana cukrzykowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (BIA)	zupa z kukini z zacierką przecierana wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g		
	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150			

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-17 poniedziałek	Sz.Czerniakowski dieta pizoclejana cukrzycowa	Wartość energetyczna[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] 183,2 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] Sól [g] 0,2 WW [Por] 0,7	Wartość energetyczna[kcal] 556,5 Białko ogółem [g] 32,5 Tłuszcz [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 14 Sól [g] 0,8 WW [Por] 4,5	Wartość energetyczna[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] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Sól [g] WW [Por] 1	Wartość energetyczna[kcal] 1 966, 5 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 192,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 2,6 WW [Por] 19,5