

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	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 Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Rzodkiewka 130 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ)		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gołąbki 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL) Buraczki 150 g (GLU)	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 526,5 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 328,2 Błonnik pokarmowy [g] 73,4 Sól [g] 4,4
	Sz.Czerniakowski dieta latwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor bs 130 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ)		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 369,7 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 292,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,8 Sól [g] 3,5
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Rzodkiewka 130 g		zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Galaretkę cytrynową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,8 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 285,9 Błonnik pokarmowy [g] 59,8 Sól [g] 3,4
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Pomidor bs 130 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ)	Serek wiejski 200 g	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,7 Białko ogółem [g] 154,8 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 296,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,8 Sól [g] 4,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIE) kakao na wodzie 250 ml Pomidor bs 130 g		Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) Pasta warzywna 110 g	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 333,2 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 379,6 Błonnik pokarmowy [g] 74,4 Sól [g] 4,2
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIE) kakao na wodzie 250 ml Pomidor bs 130 g		Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Jabłka prażone 150 g Sos jogurtowy 100 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 110 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 267,9 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 390,3 Błonnik pokarmowy [g] 68,7 Sól [g] 3,8
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 746,5 Białko ogółem [g] 138,2 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 346 Błonnik pokarmowy [g] 60,8 Sól [g] 4,5
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		Zupa z fasolki szparagowej 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 636,4 Białko ogółem [g] 75,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 194,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 2,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	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 Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Rzodkiewka 130 g	Serek wiejski 200 g	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Jabłko prażone 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Buraczki 150 g (GLU) Jabłko 1 szt Sos jogurtowy 100 g	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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 862,6 Białko ogółem [g] 129,1 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 389,3 Błonnik pokarmowy [g] 74,8 Sól [g] 5,4
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt napój owsiany 250 ml Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gołąbki 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki b/glutenu 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 639,7 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 125,9 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 63,6 Sól [g] 2,7
	Sz.Czerniakowski dieta bezsojowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Rzodkiewka 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 775,1 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 366,9 Błonnik pokarmowy [g] 62,2 Sól [g] 4,4
	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL) Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Jabłko prażone 150 g Sos jogurtowy 100 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielozrnywna 110 g Pomidor bs 130 g	Galaretkę cytrynową 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 846,4 Białko ogółem [g] 43 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 2,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta wrodzowa	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt naturalny 150 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 200 g	Pulpety drobiowe gotowane 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta jajeczna z białek 110 g (JAJ) Sałatka jarzynowa dietyczna 130 g (SEL)	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 840,6 Białko ogółem [g] 168,4 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Błonnik pokarmowy [g] 61,2 Sól [g] 5,8
	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml napój owsiany 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g Rzodkiewka 130 g	sok z buraków 200 ml	Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Jabłka prażone 250 g Jabłko 1 szt	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Sałatka jarzynowa dietyczna 130 g (SEL)	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 217,5 Białko ogółem [g] 65,9 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 401,3 Błonnik pokarmowy [g] 67,2 Sól [g] 3,5
	Sz.Czerniakowski dieta bogatoreszkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g Rzodkiewka 130 g Szynka firmowa 60 g (MIĘ)		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gotówki 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 719,3 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 375,3 Błonnik pokarmowy [g] 86,2 Sól [g] 5,1
	Sz.Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g kakao na wodzie 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) Szynka firmowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 110 g Buraczki 150 g (GLU) 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 Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 528 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 199,1 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 1,9

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 350 ml (SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jablko pieczone rozdrobnione 130 g kakao na wodzie 250 ml Herbata 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 402,9 Białko ogółem [g] 124,4 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Błonnik pokarmowy [g] 58,8 Sól [g] 4,4
	Sz.Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	Serek wiejski 200 g	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pulpety drobiowe rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jablko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 938,9 Białko ogółem [g] 160,1 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,6 Sól [g] 5,9
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 589,9 Białko ogółem [g] 63,6 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 202 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Sól [g] 1,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-04 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek wiejski 200 g	Zupa z fasolki szparagowej 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzyna nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka cytrynowa 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 830,4 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 198,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 3,5