

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny panierowany 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szyńka drobiowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 657,7 Białko ogółem [g] 139,4 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 383,2 Błonnik pokarmowy [g] 72,4 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) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 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 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szyńka drobiowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 474,8 Białko ogółem [g] 138,8 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 61 Sól [g] 4,9
	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 Szyńka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa jarzy nowa b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,6 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Błonnik pokarmowy [g] 75,9 Sól [g] 4,1
	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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Ser żółty 60 g (BIA)	Serek ziolowy 150 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 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 686,2 Białko ogółem [g] 150,7 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Błonnik pokarmowy [g] 64,4 Sól [g] 4,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 piątek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 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) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL) Piersz z indyka gotowana 60 g	Szynka drobiowa 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 299,5 Białko ogółem [g] 124,4 Tłuszcz [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 386,2 Błonnik pokarmowy [g] 66,9 Sól [g] 5,3
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Pomidor bs 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) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 5 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Piersz z indyka gotowana 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Szynka drobiowa 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 202,8 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 381,2 Błonnik pokarmowy [g] 65,6 Sól [g] 5,2
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka 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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzy nowa krem 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 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% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 861,2 Białko ogółem [g] 147 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 402,8 Błonnik pokarmowy [g] 63,7 Sól [g] 8,8
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 658,7 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 212,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 2,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa jarzy nowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 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)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 539,4 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 73,6 Sól [g] 5,9
	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 kukurydziane na mleku 250 ml (BIA) Ser żółty 60 g (BIA) Sałatka z pomidora 130 g		Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROS) Filet z miruny na parze 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 793,5 Białko ogółem [g] 130,9 Tłuszcz [g] 117,6 Węglowodany ogółem [g] 341,2 Błonnik pokarmowy [g] 82,4 Sól [g] 4,8
	Sz.Czerniakowski dieta bezsołowa	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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 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 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 Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 849,2 Białko ogółem [g] 153,8 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 398,1 Błonnik pokarmowy [g] 63,2 Sól [g] 5

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 piątek	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa		Zupa jarzy nowa b/m 300 ml (SEL) Gulasz warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Warzywa gotowane 150 g Ziemniaki 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	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,3 Białko ogółem [g] 43,8 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 345,6 Błonnik pokarmowy [g] 57,1 Sól [g] 2,8
	Sz.Czerniakowski dieta wzrzdowa	Serek ziolowy 150 g (BIA)	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) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna 10 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Piers z indyka gotowana 60 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g (SEL)	Szynka drobiowa 30 g Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 656,1 Białko ogółem [g] 161 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 409,8 Błonnik pokarmowy [g] 71,4 Sól [g] 5,8
	Sz.Czerniakowski dieta wegafiska	Sok wielowarzywny 200 ml	Potravka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa jarzy nowa b/m 350 ml (SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Pomidor 130 g	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,2 Białko ogółem [g] 71,8 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 436,4 Błonnik pokarmowy [g] 79,3 Sól [g] 4,7
	Sz.Czerniakowski dieta bogatofoszkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Sałatka z pomidora 130 g Ser żółty 60 g (BIA)		Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 250 ml	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) Szynka drobiowa 30 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 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 kukurydziane na wodzie 250 g Szynka staropolska 40 g (MIE) Pomidor 130 g		Zupa jarzy nowa b/m 300 ml (SEL) Filet z miruny na parze 90 g (RYB) Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 10g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pierś z indyka gotowana 60 g Pomidor 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 540 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 227,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Sól [g] 2,8
	Sz.Czerniakowski dieta papkowa bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt kawa zbożowa bez mleka b/c 250 ml Herbata 250 ml pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa jarzy nowa krem b/ml 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 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 jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa diety czna 130 g (SEL)	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 780,6 Białko ogółem [g] 132 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 422,2 Błonnik pokarmowy [g] 81,7 Sól [g] 5,1
	Sz.Czerniakowski dieta papkowa bogatobiałkowa	Bułka 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 jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	zupa jarzy nowa krem 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 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% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) Sałatka jarzynowa diety czna 130 g (SEL)	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 968,5 Białko ogółem [g] 161,7 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 407,1 Błonnik pokarmowy [g] 64,5 Sól [g] 8,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-07 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 jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus jabłkowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 787,2 Białko ogółem [g] 59,5 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 277,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,5 Sól [g] 2,1
	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek ziółowy 150 g (BIA)	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 766 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 216,5 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sól [g] 2,5