

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta podstawowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml sałatka z buraka i fety 130 g Szynka chłopska 60 g (MIĘ)		Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Ogórki kiszane 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 463,8 Białko ogółem [g] 134,2 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 261,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 6,4
	Sz.Czerniakowski dieta łatwostrawna	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) sałatka z buraka i fety 130 g Szynka chłopska 60 g (MIĘ)		Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 616,4 Białko ogółem [g] 137,1 Tłuszcz [g] 104,7 Węglowodany ogółem [g] 294,1 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 6,1
	Sz.Czerniakowski dieta bezmleczna	Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		Zupa krem z dyni b/m 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka drobiowa 60 g Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 979,3 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 55,5 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Błonnik pokarmowy [g] 41 Sól [g] 4,6
	Sz.Czerniakowski dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) sałatka z buraka i fety 130 g Szynka chłopska 60 g (MIĘ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 715,4 Białko ogółem [g] 151,1 Tłuszcz [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 6,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz. Czerniakowski dieta wątrobowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka chłopska 60 g (MIE) Herbata 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń rzymska 100 g (MIE, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa krem z dyni b/m 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Szynka drobiowa 60 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 186,9 Białko ogółem [g] 126,7 Tłuszcz [g] 50 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 4,9
	Sz. Czerniakowski dieta trzustkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka chłopska 60 g (MIE) Herbata 250 ml Pomidor bs 130 g		Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa krem z dyni b/m 300 ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka drobiowa 40 g Pomidor bs 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 112,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 371,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 4,2
	Sz. Czerniakowski dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIE, GOR) ziemniaki puree 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 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 rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 434,1 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 349,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Sól [g] 4,1
	Sz. Czerniakowski dieta przecierana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)		Zupa krem z dyni 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 1 744,1 Białko ogółem [g] 68,3 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 250,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 2,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta wegetariańska	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml Tw arozek śmietankowy 110 g (BIA) sałatka z buraka i fety 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 535,2 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 267,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 6,4
	Sz.Czerniakowski dieta bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Kefir 150 ml Szynka chłopska 60 g (MIĘ) sałatka z buraka i fety 130 g		Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska 110 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 442,6 Białko ogółem [g] 125,9 Tłuszcz [g] 138,9 Węglowodany ogółem [g] 195,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 3,8
	Sz.Czerniakowski dieta bezsolna	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka chłopska 60 g (MIĘ) sałatka z buraka i fety 130 g		Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jogurtowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 881,5 Białko ogółem [g] 142,7 Tłuszcz [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 344,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 6,7
	Sz.Czerniakowski dieta niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa krem z dyni b/m 300 ml (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Bukiet jarzyn 120 g	Bułka 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 Pomidor bs 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 742,8 Białko ogółem [g] 44,6 Tłuszcz [g] 48,7 Węglowodany ogółem [g] 307,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 Sól [g] 2,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta wzrodowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10g Jabłko pieczone 1 szt Kasza manna na mleku 250 ml (BIA) Szynka chłopska 60g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130g	Serek naturalny 150g (BIA)	Pieczeń rzymska 110g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150g Kompot owocowy 250ml Zupa krem z dyni 350ml (BIA, SEL)	Bułka wrocławska 100g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10g herbata z cytryną b/c 250ml Szynka drobiowa 60g Pomidor bs 130g	Budyń 200ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 688,4 Białko ogółem [g] 152,5 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 357,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Sól [g] 5,1
	Sz.Czerniakowski dieta wegańska	Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15g Sałata 10g Jabłko 130g Herbata 250ml Sok wielowarzywny 250ml Pasta z marchewki 60g Pomidor 130g	Kisiel owocowy 200ml	Kopytka 300g (GLU) Kompot owocowy 250ml Zupa krem z dyni b/m 350ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150g	Bułka wrocławska 100g (GLU) Margaryna roślinna 15g Sałata 10g herbata z cytryną b/c 250ml Brokuł Pasta z soczewicy 110g Ogórki kiszzone 130g	Sok wielowarzywny 200ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 963,7 Białko ogółem [g] 62,2 Tłuszcz [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 369,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,2 Sól [g] 3
	Sz.Czerniakowski dieta bogatoreszkowa	bułka żytnia 100g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250ml (BIA) Kefir 150ml sałatka z buraka i fety 130g Szynka chłopska 60g (MIĘ)		Zupa krem z dyni 350ml (BIA, SEL) Naleśniki z serem 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250ml Sos jogurtowy 50g	pieczywo żytnie 100g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10g herbata z cytryną b/c 250ml Pasta rybna z tw arogiem i koperkiem 110g (BIA) Ogórki kiszzone 130g	pieczywo żytnie 30g (ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 612 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 103,5 Węglowodany ogółem [g] 297,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Sól [g] 6,9
	Sz.Czerniakowski dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70g (GLU) Masło extra 82% 5g (BIA) Sałata 10g Jabłko 130g Herbata 250ml Kefir 150ml Szynka chłopska 40g (MIĘ) Pomidor bs 130g		Zupa krem z dyni b/m 300ml (SEL) Pieczeń rzymska 100g (MIĘ, GOR) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150g Kompot owocowy 250ml Ziemniaki gotowane 150g	Pieczywo pszenne 70g (GLU) Masło extra 82% 5g (BIA) Sałata 10g herbata z cytryną b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Pomidor bs 130g	Budyń b/c 200ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 1 423 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 188,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 3

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz Czerniakowski dieta papkowata bezmleczna		Zupa krem z dyni b/m 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy b/m 50 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka drobiowa 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 934 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 52,1 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 4,5
	Sz Czerniakowski dieta papkowata bogatobiałkowa	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 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 rybna z tw arogiem i koperkiem 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 531,5 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 351,9 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 4,2
	Sz Czerniakowski dieta przecierana bezmleczna		Zupa krem z dyni b/ml 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 622,9 Białko ogółem [g] 53 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 246,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sól [g] 2,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-03-11 wtorek	Sz.Czerniakowski dieta przecierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa krem z dyni 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Budyń 200 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 843,1 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 253,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 2,5