

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-22 czwartek	Dieta podstawowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Ogórek świeży 130 g Szyńka w siatce 60 g		Zupa pieczarkowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Ryż gotowany 170 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 989,6 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 182 Sód [mg] 1 031,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Ogórek świeży 130 g Szyńka w siatce 60 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa pieczarkowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Ryż gotowany 170 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 071 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 273,3 Błonnik pokarmowy [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 182 Sód [mg] 1 052,3
	Dieta łatwostrawna	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pomidor bs 130 g Szyńka w siatce 60 g		Zupa pieczarkowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 170 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 005 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 182 Sód [mg] 1 502

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-22 czwartek	Dieta łatwostrawna bezmleczna	Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 170 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Pomidor bs 130 g Dżem 25 g Ziemniaki gotowane 180 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 136,5 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 8 Cholesterol [mg] 221,8 Sód [mg] 2 213,2
	Dieta bogatobiałkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 170 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 50 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 287 Białko ogółem [g] 131,3 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 66,1 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 216 Sód [mg] 1 547,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Ogórek świeży 130 g Szynka w siatce 60 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Zupa pieczarkowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] 2 074,4 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 329,9 Błonnik pokarmowy [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 81,5 Sól [g] 8,9 Cholesterol [mg] 174,2 Sód [mg] 2 006,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-22 czwartek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) Szynka w siatce 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrąwka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 170 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 888,3 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 282,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 158,9 Sód [mg] 1 472,5
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) Szynka w siatce 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrąwka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 925,6 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 292,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 158,9 Sód [mg] 1 544,8
	Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) Potrąwka z kurczakiem 150 g (SEL) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 424 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 342,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sól [g] 5,1 Cholesterol [mg] 266,6 Sód [mg] 1 326,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-22 czwartek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 607,2 Białko ogółem [g] 151,5 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 349,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 266,6 Sód [mg] 1 728,3
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Zupa wielowarzywna z ziemniakami wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 772,3 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 183,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 563,2 Sód [mg] 535,2
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 955,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 189,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 563,2 Sód [mg] 535,2

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Ogórek świeży 130 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa pieczarkowa 350 ml Pierogi z kaszą i serem 250 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 257 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 177,5 Sód [mg] 821,7
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Ogórek świeży 130 g Szynka w siatce 60 g		Zupa pieczarkowa 350 ml sos boloński b/mąki 170 g Kompot owocowy 250 ml Surówka colesław 150 g (JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 912,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 172,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 216,2 Sód [mg] 1 222,1
Dieta niskobiałkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta czosnkowa z cieciorką 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka warzywna z ciecierzycą 150 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 411,3 Białko ogółem [g] 35,8 Tłuszcz [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 249,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 1 924,4

2026-01-22 czwartek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-22 czwartek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Jogurt naturalny 150 g (MLE) Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Szyńka w siatce 60 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Potrąwka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Bukiet warzyw 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Filet kruchy 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 145,1 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 266,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 216 Sód [mg] 1 501,5
	Dieta eliminacyjna wegańska	Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta czosnkowa z cieciorką 60 g Ogórek świeży 130 g	Sok warzywny 200 ml (SEL)	Potrąwka warzywna z ciecierzycą 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pieczarkowa 350 ml Marchewka gotowana 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor 130 g Dżem 25 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 773,8 Białko ogółem [g] 46,3 Tłuszcz [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 330,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 99,2 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 281,6

Jadłospisy w dniu 2026-01-22 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-22 czwartek	Dieta bogatoresztkowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) Ogórek świeży 130 g Szynka w siatce 60 g		Zupa pieczarkowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Filet kruchy 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 782,8 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 243,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 64,2 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 182 Sód [mg] 1 031,8
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor bs 130 g	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 307,3 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 170,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 158,9 Sód [mg] 1 070,6
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) szynka w siatce rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 151,3 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 56,3 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 184 Sód [mg] 1 928,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-22 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt naturalny 150 g (MLE) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) ziemniaki puree 180 g Kompot owocowy 250 ml bukiet warzyw rozdrobnionych 150 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	filet kruchy rozdrobniony 30 g Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 607,2 Białko ogółem [g] 151,5 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 349,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 266,6 Sód [mg] 1 326,3
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa wielowarzywna z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 511,4 Białko ogółem [g] 63,6 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 190,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 39,1 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 68 Sód [mg] 186,8
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek homogenizowany 150 g (MLE)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel b/c 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 955,5 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 189,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 563,2 Sód [mg] 535,2