

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025.07-11 piątek	Dieta podstawowa	Składniki		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml	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 twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wędzona 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 1 085		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 620	Waga porcji [g]: 140
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 560,1 Białko ogółem [g] 52,1 Tłuszcz [g] 4,4 Węglowodany ogółem [g] 82 Błonnik pokarmowy [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 11,9 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 0,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 568,5 Białko ogółem [g] 27,6 Tłuszcz [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 6,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 8,7 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
		Waga porcji [g]: 735	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 520	Waga porcji [g]: 140

		SUMA	
2025.07-11 piątek	Dieta podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,9 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 57,4 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 142,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,5 Białko ogółem [g] 144 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 290,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 142,7

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (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 pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa selerowa z ziemniakami 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% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wędzona 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 985		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 520	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 930,9 Białko ogółem [g] 42,6 Tłuszcz [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 109,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 32,9 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 596,6		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 738,9 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 6,2 Węglowodany ogółem [g] 115,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 538,6 Białko ogółem [g] 26,9 Tłuszcz [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 44,2 Błonnik pokarmowy [g] 4,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 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 Polędwica sopocka 60 g (MIE) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wędzona 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 680		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 465	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 475,5 Białko ogółem [g] 26,6 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 16 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 87,6		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 875,1 Białko ogółem [g] 71,6 Tłuszcz [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 150 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,4 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 475 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 4,7 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8

2025-07-11 piątek

		SUMA
Dieta łatwostrawna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,5 Białko ogółem [g] 144,2 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 72,3 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 669,3
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 909,7 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 256 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 166,8

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (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 pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Serek ziółowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 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% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wędzona 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 911	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 520	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 011,9 Białko ogółem [g] 43,2 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 129 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 48,6 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 596,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 738,9 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 6,2 Węglowodany ogółem [g] 115,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 538,6 Białko ogółem [g] 26,9 Tłuszcz [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 44,2 Błonnik pokarmowy [g] 4,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Szynka wędzona 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 790	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 465	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 591,6 Białko ogółem [g] 15,5 Tłuszcz [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 95,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,1 suma cukrów prostych [g] 21,3 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 821,4 Białko ogółem [g] 68,3 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 137,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 38,8 Sól [g] 1,5 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 549,6 Białko ogółem [g] 20,5 Tłuszcz [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 5,7 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 106,5 Białko ogółem [g] 8,2 Tłuszcz [g] 1,9 Węglowodany ogółem [g] 15,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 16,8

2025-07-11 piątek	Dieta bogatobiałkowa		SUMA
		Składniki	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 480,8 Białko ogółem [g] 159,5 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 90,6 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 682,1
		Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 088,1 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Błonnik pokarmowy [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 116,4

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną 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 selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIE)	Szynka wójta 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 691		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 801,5 Białko ogółem [g] 31,7 Tłuszcz [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 137,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 36,7 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 57,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 875,1 Białko ogółem [g] 71,6 Tłuszcz [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 150 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,4 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 541,8 Białko ogółem [g] 22,6 Tłuszcz [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 37,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną 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 selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wójta 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 691		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 801,5 Białko ogółem [g] 31,7 Tłuszcz [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 137,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 36,7 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 57,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 847,9 Białko ogółem [g] 70,7 Tłuszcz [g] 6,9 Węglowodany ogółem [g] 143,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 541,8 Białko ogółem [g] 22,6 Tłuszcz [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 37,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8

2025-07-11 piątek	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		SUMMA
		Składniki	
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
		Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,5 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 362,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 suma cukrów prostych [g] 89,1 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 111,8
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 275,3 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 355,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 111,8

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowata	Składniki	Bulka 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) 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 selerowa z ziemniakami zmikсовana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 851		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 435	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 151,9 Białko ogółem [g] 46,9 Tłuszcz [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 152,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 49,8 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 596,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 857,4 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 6,3 Węglowodany ogółem [g] 142,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 769,3 Białko ogółem [g] 39,3 Tłuszcz [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 108,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 23 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	Bulka 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) 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 ziołowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami zmikсовana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 851	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 435	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 151,9 Białko ogółem [g] 46,9 Tłuszcz [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 152,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 49,8 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 596,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 857,4 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 6,3 Węglowodany ogółem [g] 142,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 769,3 Białko ogółem [g] 39,3 Tłuszcz [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 108,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 23 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-07-11 piątek

		SUMA
Dieta papkowata	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 809,2 Białko ogółem [g] 158 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 405,9 Błonnik pokarmowy [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 105 Sól [g] 8,7 Cholesterol [mg] 682,6
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 916,5 Białko ogółem [g] 172,7 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 410,2 Błonnik pokarmowy [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 107,6 Sól [g] 8,8 Cholesterol [mg] 695,4

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 452,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek ziółowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 452,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Serek ziółowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 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 twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z cukinii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Banan 1 szt
		Waga porcji [g]: 1 085	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 620	Waga porcji [g]: 1

2025-07-11 piątek

		SUMA
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 572,1 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 213,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 462,3
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 679,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 218,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 475,1
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	

2025-07-11 piątek

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 887,2 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 135,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 36,6 Sól [g] 1,5 Cholesterol [mg] 68,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 394,6 Białko ogółem [g] 13,6 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 87,2 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 15,3 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 568,5 Białko ogółem [g] 27,6 Tłuszcz [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 6,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 8,7 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 126,1 Białko ogółem [g] 1,3 Tłuszcz [g] 0,4 Węglowodany ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 2,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/glut 50 g (BIA, SEL)	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z kukurzyki pieczonej i pomidorów z olejem 130 g
		Waga porcji [g]: 761		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 520	Waga porcji [g]: 150
Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 833,6 Białko ogółem [g] 19,9 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 98 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 45,1 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 53,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 751,2 Białko ogółem [g] 65,7 Tłuszcz [g] 6,1 Węglowodany ogółem [g] 120 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 33,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 566,2 Białko ogółem [g] 22,7 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 2,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12 suma cukrów prostych [g] 7,7 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta niskobiałkowa	Składniki	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta ze szpinaku i twarogu 60 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 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% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	Banan 1 szt
		Waga porcji [g]: 601		Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 420	Waga porcji [g]: 1

2025-07-11 piątek			
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,7 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 309 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 88,2 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 137,3	
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181,6 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 100,6 Węglowodany ogółem [g] 233,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 109,1	
Dieta niskobiałkowa	Składniki		

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta niskobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 542,5 Białko ogółem [g] 12,7 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 87,5 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 suma cukrów prostych [g] 33,1 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 39,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 553,2 Białko ogółem [g] 19,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 126,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 401,8 Białko ogółem [g] 8,7 Tłuszcz [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 5,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2 suma cukrów prostych [g] 9,1 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 126,1 Białko ogółem [g] 1,3 Tłuszcz [g] 0,4 Węglowodany ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 2,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (<i>BIA, GLU</i>) Szynka staropolska 60 g (<i>MIE</i>) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g	Serek ziółowy 150 g (<i>BIA</i>)	Filet z miruny na parze 110 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (<i>SEL</i>) Sos koperkowy b/mle 50 g (<i>GLU, SEL</i>)	Bulka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Poledwica sopocka 60 g (<i>MIE</i>) sałatka z kukurkii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Szynka wójta 30 g (<i>MIE</i>) Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>)
		Waga porcji [g]: 741	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 979,7 Białko ogółem [g] 45 Tłuszcz [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 137,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 48,5 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 119	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 804,9 Białko ogółem [g] 69 Tłuszcz [g] 6,6 Węglowodany ogółem [g] 132,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 40,9 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 616,6 Białko ogółem [g] 22,6 Tłuszcz [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 65,2 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,2 suma cukrów prostych [g] 6 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Potrąka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (<i>SEL</i>) Sałatka z ogórka 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g sałatka z kukurkii pieczonej i pomidorów z olejem 130 g	Banan 1 szt
		Waga porcji [g]: 710	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 435	Waga porcji [g]: 1

2025-07-11 piątek	
Dieta niskobiałkowa	SUMA
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 623,6 Białko ogółem [g] 42,4 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 111,2 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 76,4
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,6 Białko ogółem [g] 159 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 349,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 98,2 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 211
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-07-11 piątek	Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 635,1 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 95,5 Błonnik pokarmowy [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 suma cukrów prostych [g] 20,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] 464,8 Białko ogółem [g] 16,3 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 104,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 20,6 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] 661,5 Białko ogółem [g] 17,6 Tłuszcz [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 90,5 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 11,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] 126,1 Białko ogółem [g] 1,3 Tłuszcz [g] 0,4 Węglowodany ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 2,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Dieta bogatoresztkowa	Składniki pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (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 z koperkiem 130 g Humus 90 g Waga porcji [g]: 911		Składniki Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Waga porcji [g]: 1 040	Składniki pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) sałatka z kukurzyki pieczonej i pomidorów z olejem 130 g Waga porcji [g]: 520	Składniki Szynka wędzona 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Waga porcji [g]: 140
	Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 1 013 Białko ogółem [g] 31,8 Tłuszcz [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 165,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 68,6		Wartość energetyczna[kcal] 560,1 Białko ogółem [g] 52,1 Tłuszcz [g] 4,4 Węglowodany ogółem [g] 82 Błonnik pokarmowy [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 11,9 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 0,8	Wartość energetyczna[kcal] 613,2 Białko ogółem [g] 28,6 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 9,3 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
		Składniki Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Waga porcji [g]: 905		Składniki Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Waga porcji [g]: 1 040	Składniki Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor 130 g Waga porcji [g]: 540	Składniki Szynka wędzona 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Waga porcji [g]: 140

2025-07-11 piątek		SUMA	
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 906,5 Białko ogółem [g] 53,5 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 74,4	
	Składniki		
Dieta bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,4 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 142,1	
	Składniki		
Dieta ubogoproteinowa	Wartość odżywcza w porcji		
	Składniki		

2025.07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 395,9 Białko ogółem [g] 19,3 Tłuszcz [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 6,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 12,1 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 46		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 665 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 5,8 Węglowodany ogółem [g] 98 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,1 suma cukrów prostych [g] 22,6 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 362,9 Białko ogółem [g] 27,2 Tłuszcz [g] 10,7 Węglowodany ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 13,7 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 31,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 84,1 Białko ogółem [g] 7,7 Tłuszcz [g] 1,7 Węglowodany ogółem [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 16,8
	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml pasta z jajka i awokado 110 g (<i>JAJ</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (<i>SEL</i>) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (<i>RYB</i>) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (<i>GLU, SEL</i>)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml połędwica sopocka mielona 60 g (<i>MIĘ</i>) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Banan 1 szt
		Waga porcji [g]: 611		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 1
Dieta papkowata bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 839,6 Białko ogółem [g] 25,5 Tłuszcz [g] 38,7 Węglowodany ogółem [g] 103,5 Błonnik pokarmowy [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 suma cukrów prostych [g] 33,2 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 397,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 875,1 Białko ogółem [g] 71,6 Tłuszcz [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 150 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,4 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 716,1 Białko ogółem [g] 30 Tłuszcz [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 108,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 22,2 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 126,1 Białko ogółem [g] 1,3 Tłuszcz [g] 0,4 Węglowodany ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 2,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (<i>BIA, GLU</i>) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (<i>BIA, JAJ, GOR</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziółowy 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (<i>SEL</i>) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (<i>RYB</i>) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (<i>BIA, GLU, SEL</i>)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (<i>BIA, MIĘ</i>) Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
		Waga porcji [g]: 851	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 435	Waga porcji [g]: 150

2025-07-11 piątek			
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 507,9 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 201,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 48,6 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 93,9	
Dieta papkowa bezmleczna	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,9 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 392,9 Błonnik pokarmowy [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 126,6 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 459,6	
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Składniki		

2025-07-11 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 151,9 Białko ogółem [g] 46,9 Tłuszcz [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 152,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 49,8 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 596,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 857,4 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 6,3 Węglowodany ogółem [g] 142,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 769,3 Białko ogółem [g] 39,3 Tłuszcz [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 108,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 23 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
Dieta płynna wzmocniona beznmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 586,9 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 10 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 452,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek ziółowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,3 Białko ogółem [g] 14,7 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 0,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,6 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 452,5 Białko ogółem [g] 18,8 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 18,3 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 30,6 Białko ogółem [g] 2 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek ziółowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150

2025-07-11 piątek		SUMA	
		Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji
		Dieta płynna wzmocniona beztłuszczowa	Składniki
			Wartość odżywcza w porcji
		Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki
			Wartość odżywcza w porcji