

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta podstawowa	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 936		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 480	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 945,7 Białko ogółem [g] 33,2 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 112,2 Błonnik pokarmowy [g] 13,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 105,6		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 769,4 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 126,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,2 suma cukrów prostych [g] 20 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 441 Białko ogółem [g] 20,8 Tłuszcz [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 10 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Jabłko 1 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) szynka wiejska 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 686	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 867,5 Białko ogółem [g] 31 Tłuszcz [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 98,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 33,9 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 89,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 673,5 Białko ogółem [g] 34,7 Tłuszcz [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 104,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,1 suma cukrów prostych [g] 19,9 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 485,8 Białko ogółem [g] 21,8 Tłuszcz [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99,6 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 1,5 Węglowodany ogółem [g] 15,5 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]

		SUMA	
2025-07-21 poniedziałek	Dieta podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,3 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 155,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,4 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Błonnik pokarmowy [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 88,2 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 139,3

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna	Składniki	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy any 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 756		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 878,8 Białko ogółem [g] 30,8 Tłuszcz [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 96,9 Błonnik pokarmowy [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 suma cukrów prostych [g] 36 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 105,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 755,8 Białko ogółem [g] 37,3 Tłuszcz [g] 5,3 Węglowodany ogółem [g] 148,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 27,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 394,3 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 42,8 Błonnik pokarmowy [g] 4,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,5 suma cukrów prostych [g] 7,3 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Pieczyno 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 Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa selerow a 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy any 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeż 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 661		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 565,8 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 17,3 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 69,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 531,8 Białko ogółem [g] 29,9 Tłuszcz [g] 4,4 Węglowodany ogółem [g] 96,2 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 18,7 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 360,5 Białko ogółem [g] 16,7 Tłuszcz [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 4,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2 suma cukrów prostych [g] 4,9 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]

2025-07-21 poniedziałek

		SUMA
Dieta łatwostrawna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,1 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 298,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 156,5
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 535,3 Białko ogółem [g] 67,1 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 203,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 41,1 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 108

2025-07-21 poniedziałek

		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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g	Serek homogenizowany 200 g (BIA)	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 60 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 682	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 959,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 116,5 Błonnik pokarmowy [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 105,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 244,2 Białko ogółem [g] 17,6 Tłuszcz [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 755,8 Białko ogółem [g] 37,3 Tłuszcz [g] 5,3 Węglowodany ogółem [g] 148,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 27,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 394,3 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 42,8 Błonnik pokarmowy [g] 4,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,5 suma cukrów prostych [g] 7,3 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 108,7 Białko ogółem [g] 12,1 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	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 Parówki 2 szt Pomidor 130 g ketchup 20 g	Jabłko 1 szt	Zupa selerowa 350 ml Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIE) Papryka 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 741	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 405	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 677,4 Białko ogółem [g] 17,2 Tłuszcz [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 83,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 23,7 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 69,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 531,8 Białko ogółem [g] 29,9 Tłuszcz [g] 4,4 Węglowodany ogółem [g] 96,2 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 18,7 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 452 Białko ogółem [g] 18,9 Tłuszcz [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]

2025-07-21 poniedziałek

		SUMA
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 462,8 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 327,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 156,5
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 858,4 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 280,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7 Cholesterol [mg] 108

2025-07-21 poniedziałek

		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 płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy any 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa selerowa z makaronem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Schab pieczony w ziołach 60 g (MIE)	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 591		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 812,5 Białko ogółem [g] 39,5 Tłuszcz [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 126,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,2 suma cukrów prostych [g] 39,5 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 78,8		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 723,8 Białko ogółem [g] 36,2 Tłuszcz [g] 5,2 Węglowodany ogółem [g] 141,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 26,2 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 441,7 Białko ogółem [g] 23,3 Tłuszcz [g] 11,4 Węglowodany ogółem [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5 suma cukrów prostych [g] 6,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 40 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy any 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa selerowa z makaronem 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 691		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 614 Białko ogółem [g] 24,8 Tłuszcz [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 104,1 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 29,6 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 46		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 723,8 Białko ogółem [g] 36,2 Tłuszcz [g] 5,2 Węglowodany ogółem [g] 141,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 26,2 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 472,1 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 9,4 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,2 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 14,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-07-21 poniedziałek

SUMA	
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,2 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 117,6
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 849,9 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 61,8

2025-07-21 poniedziałek

		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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 622		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 099,8 Białko ogółem [g] 35,1 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 140 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 105,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 668,7 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 5,1 Węglowodany ogółem [g] 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 29,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 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 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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	jabłko pieczone rozdrobnione 150 g	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 622	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 099,8 Białko ogółem [g] 35,1 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 140 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 105,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 112,5 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 27,2 Błonnik pokarmowy [g] 4,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 21,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 668,7 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 5,1 Węglowodany ogółem [g] 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 29,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 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]

2025-07-21 poniedziałek

		SUMA
Dieta papkowata	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 162,7
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,3 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 366,7 Błonnik pokarmowy [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 162,7

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z makaronem 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, 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] 320,3 Białko ogółem [g] 10,5 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 12,5 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	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)	Mus jabłkowy 150 g	Zupa selerowa z makaronem 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	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] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 320,3 Białko ogółem [g] 10,5 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 12,5 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Wędlina wege 60 g Pomidor 130 g	Jabłko 1 szt	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Pulpety sojowe 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 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 twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 965	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 480	Waga porcji [g]: 150

2025-07-21 poniedziałek

		SUMA
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 537,7 Białko ogółem [g] 62,9 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 209,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 433,2
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 657,7 Białko ogółem [g] 63,9 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 238,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 86,4 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 433,2
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 799,6 Białko ogółem [g] 30,2 Tłuszcz [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 110,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 40,6 Sól [g] 3,3 Cholesterol [mg] 73,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 982,5 Białko ogółem [g] 22,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 195,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 22,5 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 441 Białko ogółem [g] 20,8 Tłuszcz [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 10 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 49,7	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 bezglutenowa	Składniki	Pieczynko 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) Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Potrawka z kurczakiem b/glut 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczynko bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczynko bezglutenowe 30 g
		Waga porcji [g]: 632		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 882,4 Białko ogółem [g] 19,9 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 42,1 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 85,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 003,6 Białko ogółem [g] 68,4 Tłuszcz [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 147,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,3 suma cukrów prostych [g] 30,3 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 438,8 Białko ogółem [g] 15,9 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 3,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 9 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 85,5 Białko ogółem [g] 5,4 Tłuszcz [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 0,7 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] Sól [g] 0,9 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 z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 130 g		Pulpety warzywne 110 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU) Ryż gotowany 150 g Zupa selerowa 300 ml	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 551		Waga porcji [g]: 1 060	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150

2025-07-21 poniedziałek			
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 373,7 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 391 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 96,4 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 122,9	
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 410,3 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 122 Węglowodany ogółem [g] 241,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 135,3	
Dieta niskobiałkowa	Składniki		

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta niskobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 573,2 Białko ogółem [g] 13 Tłuszcz [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 97,1 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 34,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 461,6 Białko ogółem [g] 13,2 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 99,1 Błonnik pokarmowy [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 19,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 481 Białko ogółem [g] 12,2 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2 suma cukrów prostych [g] 14,9 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szyńka staropolska 60 g (MIE) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Jabłko 1 szt	Potrąwka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż gotowy any 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Schab pieczony w ziołach 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 641	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 140
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 011,1 Białko ogółem [g] 48 Tłuszcz [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 137,8 Błonnik pokarmowy [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 suma cukrów prostych [g] 51,8 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 123,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 755,8 Białko ogółem [g] 37,3 Tłuszcz [g] 5,3 Węglowodany ogółem [g] 148,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 27,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 516,5 Białko ogółem [g] 23,4 Tłuszcz [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 63,8 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 6,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z ciecierzycy z kalaflorem 60 g Pomidor 130 g	Jabłko 1 szt	Pulpety sojowe 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa 350 ml Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Ryż gotowy any 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukiinii 60 g Papryka 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 720	Waga porcji [g]: 1	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 345	Waga porcji [g]: 150
Dieta eliminacyjna wegańska						

2025-07-21 poniedziałek	
Dieta niskobiałkowa	SUMA
	Wartość energetyczna[kcal] 1 555,8 Białko ogółem [g] 38,7 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 280,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 76,1 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 75,6
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji
	Wartość energetyczna[kcal] 2 480,6 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 389,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 108,9 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 187,2
	Składniki

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-07-21 poniedziałek	Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 096,3 Białko ogółem [g] 43,3 Tłuszcz [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 183,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 suma cukrów prostych [g] 30,5 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 758,5 Białko ogółem [g] 15 Tłuszcz [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 142,8 Błonnik pokarmowy [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,1 suma cukrów prostych [g] 13,8 Sól [g] 0,5 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 558 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 86,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Dieta bogatoreszkowa	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g Parówki 2 szt ketchup 20 g		Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIE, SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 762		Waga porcji [g]: 1 120	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
	Dieta ubogoenergetyczna	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 071,5 Białko ogółem [g] 34,9 Tłuszcz [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 142,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 105,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 712,6 Białko ogółem [g] 32,1 Tłuszcz [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 118,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,1 suma cukrów prostych [g] 23,5 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 485,8 Białko ogółem [g] 21,8 Tłuszcz [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99,6 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 1,5 Węglowodany ogółem [g] 15,5 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
		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 Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z makaronem 300 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 110 g (MIE, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowy 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 806		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 440	Waga porcji [g]: 140

2025-07-21 poniedziałek			
Dieta eliminacyjna wegańska		SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 572,8 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 451,1 Błonnik pokarmowy [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 99 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 74,4	
Dieta bogatoreszkłkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,5 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 341,2 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 92,8 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 155,3	
Dieta ubogoenergetyczna	Składniki		

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 474,3 Białko ogółem [g] 12,7 Tłuszcz [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 6,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,3 suma cukrów prostych [g] 13,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 44,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 644,2 Białko ogółem [g] 30 Tłuszcz [g] 4,5 Węglowodany ogółem [g] 129 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 25,4 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 284,8 Białko ogółem [g] 26,3 Tłuszcz [g] 5,6 Węglowodany ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 3,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,2 suma cukrów prostych [g] 8,1 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 14,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z makaronem b/m 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 602		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 420	Waga porcji [g]: 150
Dieta papkowa bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 753,1 Białko ogółem [g] 16,9 Tłuszcz [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 92,7 Błonnik pokarmowy [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 suma cukrów prostych [g] 29,4 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 69,6		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 629,2 Białko ogółem [g] 35,6 Tłuszcz [g] 5,1 Węglowodany ogółem [g] 120 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 28,9 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 476,8 Białko ogółem [g] 10,7 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 73,9 Błonnik pokarmowy [g] 8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 12,1 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	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) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	jabłko pieczone rozdrobnione 150 g	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (MIĘ, SEL) ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 622	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150

2025-07-21 poniedziałek		SUMA	
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 480,5 Białko ogółem [g] 75,7 Tłuszcz [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 226,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 47,4 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 60,6	
Dieta papkowa bezmleczna	Skladniki		
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 899,1 Białko ogółem [g] 63,5 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 suma cukrów prostych [g] 78,2 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 108	
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Skladniki		

2025-07-21 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 099,8 Białko ogółem [g] 35,1 Tłuszcz [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 140 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 105,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 112,5 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 27,2 Błonnik pokarmowy [g] 4,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 21,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 668,7 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 5,1 Węglowodany ogółem [g] 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,8 suma cukrów prostych [g] 29,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 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]
	Składniki	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa selerowa z makaronem 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 350		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
Dieta płynna wzmocniona beztłuszczowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 447,5 Białko ogółem [g] 18,7 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 17,9 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 320,3 Białko ogółem [g] 10,5 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 12,5 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Mus jabłkowy 150 g	Zupa selerowa z makaronem 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	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] 120 Białko ogółem [g] 1 Tłuszcz [g] 1 Węglowodany ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 4,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 23,3 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 320,3 Białko ogółem [g] 10,5 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 12,5 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	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					

		SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,3 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 366,7 Błonnik pokarmowy [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 113,7 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 162,7	
Dieta papkowa bogatobiałkowa		Składniki	
Dieta płynna wzmocniona beztłuszczowa		Wartość odżywcza w porcji	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 333,8 Białko ogółem [g] 48,5 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 218,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 29,1	
Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 657,7 Białko ogółem [g] 63,9 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 238,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 86,4 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 433,2	